黑麵的人像攝影攻略

- 網路超人氣人像攝影高手獨門秘技首次公開
- 豐富的範例解析與拍攝技法說明
- Adobe Photoshop Lightroom 2 人像修圖秘訣大公開

悅知文化
Delight Press

VISIT…

LANZAROTE Caliente.com

作者序

很感謝悅知文化給小弟這個機會跟大家分享這幾年來人像攝影領域上一路走來的心得，更希望有緣看到本書的朋友們都能經由本書得到相當的收獲，在人像攝影的領域上更上一層樓。

小弟的興趣之一是買書，尤其是攝影書。幾乎網路書店買得到的攝影書小弟都有了，無論是器材、攝影方法、攝影理論等，只要跟攝影有關的，一律是有出就買，可是看了這麼多攝影書後，發現自己喜歡的並不多，加上喜歡分享勸敗的天性使然，恰巧又有了寫書的機會，因此才有了這本書的誕生。

本書提到器材的篇幅並不多，因為小弟認為攝影器材在人像攝影這塊領域上並不是決定作品品質的關鍵因素。人像攝影跟拍鳥或拍運動賽事不一樣，只要有相機，不管搭配的是廣角、望遠或微距鏡頭，通通可以拿來拍攝人像，決定作品成功與否的最主要因素其實是光線的掌握、構圖的能力，以及是否可以引導被拍攝者快速進入拍攝情境上。

「構圖」這檔事有時候是很講天份的，但熟能生巧，只要掌握了基本的原則，相信任何人都可以拍出賞心悅目的照片，至於天才的領域就讓天才們去發揮吧！光線的掌握可以靠經驗，多拍多看多留心，累積一定的經驗值後，相信這絕對不是問題。引導拍攝對象這件事只要掌握一個基本的原則：心誠則靈，用真心誠意心無邪念的去跟被拍攝對象溝通，相信也不會是問題。

而本書著重的，正是光線的掌握與構圖等基本功上的經驗分享，分享的內容盡量是以其他書籍較少見到，但小弟覺得重要的地方做講解，在說明書裡頭可以找到的內容，就盡量不抄進來浪費篇幅了。

本書對於理論的著墨不多，大部分是以實際拍攝的照片做範例講解，小弟在動筆之前，曾在 BLOG 上做過意見調查，有不少朋友希望可以看到小弟實際拍攝時的情況，因此，特別為本書所拍的照片附上拍攝現場圖，讀者可以從中看到攝影師與模特兒的相對位置，希望大家在看了照片後，可以從中得到靈感。

除了光線與構圖外，最後會輔以人像修圖上面的技巧分享，主要是希望讓大家能夠突破相機或鏡頭發色的限制，有足夠的能力利用後製軟體為自己的作品加分。但修圖的大原則是寧願不足，也不要過度，過度的修圖會讓圖片乍看之下很鮮豔，但是並不耐看。稍微清淡一點，反而更顯雋永，這也是筆者從鮮豔派的修圖風格，到現在走淡雅路線的領悟。

黑麵的攝影路

小弟剛開始攝影時，用的是 SONY 的 F717，就這樣拍了一年後，Nikon 的 D70 發表，在台灣有貨的當天馬上買了台中第一批的 D70，記得那時候一台要價 39600 呢！當時只搭配了一支 50mm/f1.4D 的鏡頭，之後又添購了一顆二手的 18-70mm/f3.5-f4.5G，就這樣一機兩鏡拍了一年多，這也是我作品最多的時期，很多自己喜歡的作品都是這時候拍出來的。接觸網拍以後，又陸續換購了 D200、D80、S5pro、D3，鏡頭也買了一堆，大三元、小三元都買齊了，可是這時候的創作反而因為網拍大量制式化的作品顯得停滯不前，直到最近才找到網拍與創作之間的平衡點，重新開始有自己滿意的作品出現。

因此，對人像攝影有興趣的朋友其實不需要執著於器材上，高檔的器材可以讓人在嚴苛的環境下依舊能拍出好的作品，並提高攝影的成功率，可是一般人需不需要花數倍的價格去追求？我認為是不必的，這太不划算了！器材夠用就好，器材越少，越能讓自己專注於創作上，如何利用既有的器材發揮創意才是最重要的！

這是小弟的第一本攝影書，整本書都是順著小弟的思考模式下去寫的，因此，如果有看不懂的地方，歡迎到小弟的 BLOG 上與小弟討論，這本書用到的圖片，都可以在小弟的網路相簿找到。

網誌：http://www.wretch.cc/blog/wingmanzero

相簿：http://www.flickr.com/photos/wingmanzero/sets/

黑麵

2008 年 11 月

Part 1 拍照前的準備工作

單元一　我需要用什麼焦段的鏡頭　3

單元二　我該用什麼曝光跟測光模式拍照　15

單元三　拍照前我需要做些什麼　20

單元四　尋找單純的場景　23

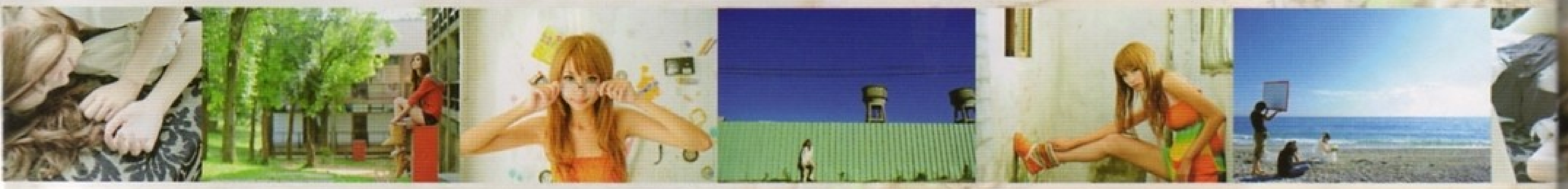
單元五　自製反光板　27

單元六　輕鬆擁有室內攝影棚　29

單元七　利用小道具讓照片更生動　33

Part 2 成為 Pro 一定要會的基本功

單元一	拍出漂亮大頭照的訣竅	39
單元二	拍出淺景深的訣竅	43
單元三	拍攝人像的基本構圖法	48
單元四	從場景中擷取最精華部分當背景	51
單元五	尋找特殊的取景角度與有趣的背景	55
單元六	如何讓人物完美的融入畫面中	62
單元七	大光圈的妙用	68
單元八	用廣角鏡拍半身照	71
單元九	拍出漂亮肌膚的訣竅	73
單元十	把模特兒拍得修長的秘訣	84
單元十一	動態的模特兒拍攝	88



Part 3 自然光與外閃的使用技巧

單元一	上午與下午的人像如何拍	95
單元二	正中午的人像如何拍	98
單元三	利用場地進行補光	103
單元四	逆光攝影	106
單元五	進階逆光攝影法	110
單元六	微光下的攝影方式	114
單元七	如何用閃燈補出自然的光線	120
單元八	活用外閃彩色濾鏡創造獨特的色彩	124
單元九	離機閃燈的使用	126

Part 4 錦上添花，利用後製為你的作品加分

單元一	藍天綠地的調整訣竅	133
單元二	Lightroom 2 的人像基礎調整	137
單元三	人像膚色的調整	145
單元四	如何修出日系的淡雅人像	148
單元五	模特兒的皮膚不好怎麼辦	151
單元六	利用暗角讓視覺效果集中	154
單元七	利用抹黑營造畫面的氣氛	158
單元八	修出瓜子臉大眼美女	162
單元九	Photoshop 三圖層修片法	166
單元十	Photoshop 三圖層修片法的進階應用	171

Part 1 拍照前的準備工作

本單元的主題在於攝影器材、反光版、攝影棚的簡單介紹。初學者在看攝影作品時，常會疑惑這樣的作品需要什麼樣的器材才能拍得出來？本單元的目的在於讓讀者瞭解需要用什麼樣的鏡頭才能拍出什麼樣的照片，方向正確了，可以少走很多冤枉路，省去買到不適合器材的花費。 除了鏡頭以外，自製反光板、自然光攝影棚都是可以讓讀者有心在精進自己的攝影領域時，少花一些冤枉錢。在這經濟不景氣的年代不無小補。

PART 1

單元一

我需要用什麼焦段的鏡頭

俗話說：「工欲善其事，必先利其器！」，在攝影之前先知道自己想拍攝的主題是什麼？預期呈現出什麼樣的效果？要呈現出這樣的效果，需要用什麼樣的鏡頭與相機？這些都是攝影人需要知道的基本常識。

我們先從相機談起。數位相機跟傳統底片機最大的不同，在於可以透過機身設定改變照片的明暗、對比、飽和度、銳利度。不過，隨著技術的不斷進步，機身不僅擁有更討喜的顏色呈現、更純淨的高 ISO 畫質、更精準的白平衡之外，功能也不斷推陳出新，諸如機身防手震、感光元件除塵系統、可直接透過 LCD 取景的 Liveview 功能等，都已經逐漸成為 DSLR 的標準功能。

如果是單純拍人，尤其是美少女人像，其實並不需要高等級的相機。在這個領域，決定一張照片好壞的最大關鍵，取決於構圖與曝光的恰當與否，高階機種帶來的幫助其實並不大。如果預算有限，其實選購一台市面上最新推出的中低階相機，如 Nikon 的 D90 或 Canon 的 50D，就已經相當夠用了。

機身影響比較大的在於使用的是 135 全片幅(俗稱的 FF)或是 APS 系統相機的差別。目前的 135 全片幅的相機雖然價格較高，可是擁有廣角端的優勢，更淺的景深與更純淨的高 ISO 表現，缺點是對焦點太過於集中，構圖上比較不方便。APS 系統的相機，則是具備望遠端與價格上的優勢。

如果您打算以人像拍攝為主，而且經濟狀況許可的話，不妨優先考慮購買或升級 135 全片幅相機，畢竟，景深淺一點，總是比景深淺不起來有利（當然，如果是拍些花花草草、小昆蟲、小動物等生態題材，也可以反過來考慮景深先天就深的 APS 或 4/3 系統的相機）。另外，純淨的高 ISO，這項優勢也會對拍攝過程有正面的影響。

真正影響到作品風格的在於使用的鏡頭類型。接下來將介紹一般人像攝影常用的焦段，與其所擅長呈現的風格，分別為廣角變焦鏡頭、標準變焦鏡頭、望遠變焦鏡頭與定焦鏡。

廣角變焦鏡頭與魚眼鏡頭

一般人對廣角鏡的印象是拿來拍風景用，但近年也流行用廣角鏡拍人像，用廣角鏡拍人像的優點在於可以帶景，若搭配得當的話，可以拍出壯闊的氣勢。除此之外，在特定角度攝影時，可以把模特兒拍得手長腳長，看起來很高。取景構圖時可以利用廣角鏡的變形特性把模特兒拍得比本人實際的樣子更纖細修長。

A

B

A 以這張圖來說，畫面右邊的腳變形的比左邊明顯很多，如果能把右邊的腳往畫面中央移動一些，變形會小一點，看起來會更自然。

B 廣角鏡一樣可以拍半身照，控制得當可以展現很強的張力。

C 標準的用廣角鏡拍的長腿照。但拍這種類型照片時，需注意模特兒的腳是不是變成大腳哈利了？有些女生很在乎自己變成大腳婆喔！

D 使用廣角鏡取景時，須注意畫面的主題與背景是否單純？太雜亂的背景，不但無法凸顯主題，反而會讓畫面顯得雜亂，造成扣分效果！

E

E 用廣角鏡帶大景，取景時須注意畫面的主題與背景是否單純？太雜亂的背景廣則廣矣，但沒辦法凸顯主題，反而會讓畫面變得很雜亂，其實是扣分效果喔！

F 魚眼鏡也是廣角鏡的一種，如果近距離拍人像，會變成有哈哈鏡效果的大頭狗，偶一為之很新鮮，如果整個專輯都這樣就不理想了。

G 廣角鏡也是最適合自拍的鏡頭，因為自拍受限於手的長度，因此廣角鏡比望遠或一般焦段更適合自拍。

F

G

H

I

H 魚眼鏡也可以用來拍人帶景，但是要注意水平線的問題，例如這張照片的水平線在魚眼鏡頭的呈現下，已經變成圓弧形了。

I 廣角鏡抓好角度一樣可以拍出正常人像照的，而且攝影者由上往下拍時，可以把模特兒的臉拍得瘦一些。

一般標準變焦鏡頭

這種鏡頭是一般人像攝影時最常使用的鏡頭，包含小廣角到小望遠的焦段。從人帶景、全身、七分身、半身、臉部特寫都難不倒它。所以如果要一機一鏡拍攝時，這種鏡頭是最適合的！但樣樣通，相對地也樣樣鬆，廣角端沒有廣角鏡廣，望遠端沒有望遠鏡頭長，因此雖然方便，使用的技巧不同，所得到的結果可是差很多的！

這個焦段的鏡頭對攝影者的功力是很大的挑戰，如何在無法用廣角的氣勢來營造氣氛，也不能用望遠鏡頭的淺景深來製造夢幻感的情況下拍出好照片，就完全依賴攝影者的構圖能力了。

用標準焦段拍的半身照，沒辦法利用廣角的變形來取巧，必須更謹慎的選擇拍照角度，免得把模特兒的臉給拍胖了！一般來說，建議先從模特兒的側面 45 度開始試拍，通常會比拍正面來得好。

用標準焦段拍全身人像時，如果要營造身形修長的感覺，最好可以蹲著拍。或者讓模特兒坐著，利用小廣角拉近拍，如此一來，可以利用小廣角的變形特性，來讓模特兒變得更修長。

望遠變焦鏡頭

望遠鏡頭在拍攝人像時最不會有變形的問題，同時，因為焦段的關係，即使光圈不大，一樣可以拍出很明顯的淺景深。在新手初入門時，可以考慮先用望遠鏡頭來拍照，同時也可以藉此練習減法式構圖，試著讓畫面精簡，畫面一旦精簡，自然可以把主題突顯出來，主題明確的照片就是一張好照片。

望遠鏡頭用在拍攝模特兒時，需要站在離模特兒比較遠的位置，尤其是用在 APS 系統的相機時，還要換算成等效焦段（Nikon 要 X1.5，CANON 要 X1.6），在大拜拜式的集體外拍場合並不好用，很容易被其他用廣角或一般焦段的攝友卡到位，因此，比較適合在攝影師與模特兒一對一攝影創作時使用。

由上頁的圖例我們可以看出來不管是半身、全身，甚至帶景的照片，都可以讓背景有一定程度的模糊，也就是所謂的淺景深。而且畫面看起來顯得比較單純乾淨，比較耐看。

另外，望遠鏡頭相較於其他類型鏡頭通常體積與重量都會大上一號，對於手持穩定度不佳的人來說，在選購這類鏡頭時，最好考慮選購有防手震功能的鏡頭。

定焦鏡頭

定焦鏡頭最大的特色就是光圈大，以 Nikon 系統的自動對焦鏡頭來説，最大到 f1.4，在光圈全開時，可以獲得比變焦鏡更高速的快門，提高拍攝成功率。除了光圈大，定焦鏡通常是比變焦鏡輕巧的，這種優勢在持久拍攝與攜帶上可以明顯地突顯出來，體積小容易攜帶，帶出門也不會太累。

定焦鏡的缺點在於無法變焦，必須靠使用者自己移動來改變取景範圍，而且焦段越長的定焦鏡，拍攝風格越受限。如果整組相片都用同一顆定焦鏡拍，容易顯得變化不足，因此，筆者建議如果要以定焦鏡為拍攝主力，一定要同時準備廣角與望遠端的定焦鏡。購買時可以先從 24mm/f2.8 或 35mm/f1.4 與 85mm/f1.8 入手，準備這兩個焦段，就足以應付絕大多數的攝影題材了。

這張照片是用 85mm/f1.4 拍的，退遠一點可以輕易拍出人帶景，還有淺景深的照片，這在凸顯人物主題，卻又想帶景時很好用。

定焦鏡因為光圈大，在微光環境攝影時是很好用的，在不使用閃燈，光吃現場光營造氣氛的攝影方法時，高 ISO 值搭配大光圈是微光攝影的兩大利器。

拍出人物與背景有強烈分割感的照片也是定焦鏡的專長，圖例是用 85mm/f1.4 光圈開到最大 f1.4 拍的。這種效果跟用長焦鏡拍攝的淺景深感不一樣，可以視攝影目的與場合挑選使用。

初學者可以先從旅遊鏡開始

除了上面介紹的鏡頭，目前市面上還有涵蓋焦段範圍很廣的鏡頭，例如 24~120mm、18-200mm 這樣的鏡頭。這類鏡頭最大的優勢在於方便與輕便，因此有「旅遊鏡」的稱號，新手如果一開始不知道自己喜歡使用的焦段是什麼，或許可以考慮買一顆涵蓋焦段範圍廣的鏡頭先試拍一陣子，等摸清楚自己的拍攝習性與喜好後，再來考慮升級鏡頭。

以上介紹的是一般比較常用的參考用法，凡事總有例外，原則是用來打破的！要如何使用手上的鏡頭還是以使用者本身的判斷為主，太過於拘泥原則，容易把自己設限在小圈圈裡面喔！

以筆者目前的拍攝習慣而言，平常攝影棚內拍照都是 D3+24-70mm/f2.8 一機一鏡拍攝，出外景則是 D3+24-70mm/f2.8+85mm/f1.4 一機兩鏡出機。由 85mm/f1.4 負責淺景深的部份，24-70mm/f2.8 則補足其他攝影需求。AF-S Nikkor 14~24mm F2.8 G 與 AF-S VR Nikkor ED 70~200mm F2.8 G（俗稱的小黑五）如果不是拍攝題材非用到不可時，是不會帶出門的。畢竟出門在外，配備越輕便越好，精神可以更專注在攝影上，萬一失竊或發生意外時，損失也能控制在最小的幅度。

對新手來說，如果預算有限，鏡頭方面建議可以先準備 Nikon AF-S DX ED 18~70mm F3.5~5.6 G 跟 Nikon AF 85mm F1.8D 即可，這樣的配備足以應付大多數人像攝影的需求，只要光線掌控得當，這兩顆鏡頭已經足以拍出很出色的照片了。當然，如果沒有預算的限制，一次攻頂未嘗不可，好處是可以讓自己專心攝影，不必去懷疑是不是受限於器材，導致拍不出想要的效果。

使用旅遊鏡時，要拍淺景深的照片請拉到最望遠端，光圈有多大就開多大。一般旅遊鏡的缺點是開放光圈時畫質比較差一些些，但通常縮一下光圈也可以得到讓人滿意的畫質，在輕便與畫質之間，使用者需要自行做取捨。

PART 1

單元二
我該用什麼曝光跟測光模式拍照

攝影初學者使用相機時，最常用的曝光模式通常是 P（自動程式）模式或 A（光圈優先自動）模式。P 模式是讓相機自動設定光圈與快門以獲得最佳的曝光，A 模式則是由使用者設定光圈大小以決定景深後，讓相機決定快門速度來獲得最佳曝光的模式。

為了因應各種拍攝環境的需要，相機通常有三種測光模式可以選擇：3D 矩陣測光、中央重點測光與點測光，使用者必須活用這三種測光模式來告訴相機你的測光對象，相機才能夠更精準地去判定出曝光的數值。

- **3D 彩色矩陣測光**：相機對畫面的廣泛區域進行測光，並根據亮度的色彩、距離及構圖設定曝光，以獲得自然效果。
- **中央重點測光**：相機對整個畫面進行測光，但將重點放在畫面的中央區域，以畫面中央區域能正確的曝光為主。測光點的大小可以在相機內部設定。
- **點測光**：相機對被選擇的點進行測光，以被選擇的點能正確曝光為主。以 Nikon 的相機來說，測光點跟對焦點是連動的，也就是說對焦對在哪裡，點測光就測在哪裡。

以上三種測光模式的差別主要在於測光的區域範圍大小不同。就人像攝影來說，人像主體的曝光結果是決定一張照片美觀與否很重要的因素，因此，在使用 P 或 A 模式時，測光模式的選擇是很重要的。

但是，相機判斷出來的最佳曝光值未必符合你的期望，例如，在雪地拍照，或是在黑色背景很多的地方拍照，甚至是常見的在逆光的環境下拍照，都需要使用曝光補償（EV）來修正結果。

常聽到有人說拍人像要用點測光再增加 EV 值 0.3 ～ 0.7 左右，即可以拍出漂亮的人像膚色。原理就是針對皮膚來測得曝光值，再增加 EV 的數值讓皮膚曝得比正常曝光還要亮，比較亮的皮膚看起來會比較白皙，氣色也會比較好，所以看起來比較漂亮。

用手動模式（M 模式）隨手拍出免後製照片的訣竅

P 與 A 這兩種曝光模式通常都可以拍出不錯的照片，可是相機並非萬能，它並不知道攝影者拍的對象是什麼？攝影者希望曝光正確的地方在哪裡？也就是說，用這兩種模式拍出來的照片是相機認為最恰當的曝光，但未必是攝影者認為最佳的曝光。

如果拍照時不趕時間，沒有壓力，筆者建議可以嘗試使用 M 模式（手動模式），自己掌控光圈快門的組合，只要瞭解光圈、快門兩者間的關係，即可輕易的拍出令自己滿意的照片。

M 模式的使用方式很簡單，它考慮到三個變數：光圈、快門與 ISO 值，一般環境下只需考慮光圈與快門的組合。使用方法是先決定想要的光圈，控制好想要的景深後，再調整快門速度來求得攝影者認為正確的曝光。如果剛開始使用沒有把握很快求得適當的曝光值，可以先用 A 模式拍一張照片，再視情況作調整。

萬一快門降到安全快門以下還是無法獲得滿意的曝光，可以考慮調高 ISO 值來提高感光度，通常安全快門可以用鏡頭焦段的倒數來做基準。例如，焦段 85mm 的鏡頭，安全快門即是 1/85s，低於這個數值的快門很有可能會因為手震而模糊。

光圈，快門，ISO 值的關係

筆者在此提到的 M 模式用法可說是 A 模式的人工版本，兩者的用法大同小異，一樣是先決定光圈，差別只在於 M 模式的快門速度是由攝影者自行決定的。

以 A 模式拍攝，地面細節保留完整，但人物過暗

改用 M 模式，光圈相同，但快門降低，膚色白皙粉嫩

上例是先用 A 模式拍攝，拍攝時把光圈固定在 f3.5。相機因為考慮到保留地面的細節，所以決定快門速度是 1/800 秒，但我們拍攝的主題是人，相機為了讓地面曝光正確，犧牲模特兒了皮膚的亮度，這並不是我們要的結果。如果這時候改用 M 模式，光圈一樣固定在 f3.5，並且把快門速度改成 1/320 秒，可以獲得圖 B 的結果。雖然地面稍微過曝，可是模特兒的膚色白皙粉嫩，完全不需要再進後製軟體修圖。

用 M 模式的另一個好處是曝光條件固定，只要光線不要有太大的變動，就可以用相同的光圈快門設定一直拍下去，獲得的相片亮度都會一樣。這個作法有助於節省後製的時間，只要調整一張，其他的圖片通通都可以套用同一個設定。

當然，用 A 模式也可以藉由增減 EV 來獲得相似的結果，可是相較之下變數顯得比較多，如果相機的測光點有跟對焦點連動，曝光值可能會隨著對焦點不同而有差異，如拍人像時，對焦對到臉與對到頭髮的曝光值會完全不一樣，以筆者的經驗來說，並不會比較有利。

以人像攝影來說，使用M模式時，筆者建議拍全身照可以把光圈設定到最大，如定焦鏡50mm/f1.4即把光圈開到f1.4，比較容易拍出全身的淺景深，立體感與空間感會較明顯，如果是半身照，可以嘗試用f2.8-3.5的光圈，臉部特寫則考慮使用f4-f5.6的光圈值拍攝，以保留臉部的細節，如最重要的雙眼都是清楚的，決定光圈後，再視情況調整快門速度即可。

筆者誠摯建議您試著用M模式拍照，多加練習以後，就能純熟地應用，也就不再覺得複雜或困難了。習慣使用M模式後，想要拍出什麼效果就能拍出什麼樣的效果，不管是什麼樣的相機，一到手就能夠立即上手使用，不用再擔心一換相機就不會拍照了！

筆者帶攝影教學的活動時，教導沒有攝影經驗的新手一定從M模式開始，據後續的觀察統計，學員都可以運用得很好，拍出來的照片也有一定的水準，相信你也絕對可以駕馭M模式！

C 陰天時拍攝，ISO已經開到6400，但使用M模式時，一樣可以讓照片曝光曝得很漂亮，搭配調暖的白平衡，根本看不出來是陰天時拍的！這在男女朋友出遊，或者是不能打閃燈的環境時，可以發揮很大的用處。

D 在室內明暗差距很大的環境下，使用M模式可以輕鬆地拍出人物夠亮的照片，不需要補光，也不需要打閃燈。

在戶外逆光時，使用 M 模式拍照，雖然背景會亮一點，但是一樣不需要作任何補光動作，即可把人物曝光曝到理想的亮度。

PART 1

單元三

拍照前我需要做些什麼

一般來說，攝影除了天候影響外，最重要的就是前製作業了。前製作業包括了場地勘查，與模特兒溝通當天拍攝的服裝與拍攝的主題等。

勘查場地，了解當地適合拍攝的時段

前製作業通常由場地勘查開始。勘查場地要做的事情包括決定該場地最適合攝影的時段，太陽的照射角度影響一個場景拍出來的效果非常之大，尤其是室內景極度需要靠太陽光營造光影氣氛時，一定要事先知道陽光是早上照進來？還是下午會照進來？這之間的差異足以決定一組作品的成敗！如果是戶外景，事先知道該場地的各個景點在各時段的陰影與光線變化也是好的。以筆者的個人經驗與喜好而言，外景一般是建議勘查上午 7~10 點，下午 3~6 點左右的時段，如果是廢墟類型的室內景，可以特別注意中午時段的光線表現。

這是早上拍的，可以注意背景是藍的，草是通透的綠，顏色很特別，這種顏色在天氣好的早晨特別容易出現。

提供拍攝場地的場景照給模特兒參考

除了決定攝影的時段外，可以趁勘景時多拍些場景的照片給模特兒參考，以利模特兒搭配衣服。勘景時也必須注意尋找可以讓模特兒換衣服，上洗手間，休息補妝的乾淨地方，這對愛乾淨的女生是很重要的喔！

規劃外拍的動線

外拍的動線即是拍攝時換場景的路線，換場路線需要考慮到光線照射角度的變化與行走的距離。最理想的狀況是讓每個場景在拍攝時都有最佳的光線搭配，並且讓行走的距離越短越好，以節省體力。如果是一整天的攝影活動，我們可以安排早上七點到十點外景，中午找餐廳或就地找室內景拍照兼午休，下午三點後繼續拍外景到太陽下山。如果是從早上開始或下午開始的半天活動，把全天的行程拆開即可。

與模特兒討論服裝及拍攝主題

搞定場地後，即可拿勘景時拍攝的照片跟模特兒討論服裝與拍攝的主題。以筆者的習慣與經驗來說，通常會先決定拍照地點與拍攝主題後，才與模特兒討論。除非是很有想法的模特兒，否則還是由攝影師先決定好主題及地點，再來跟模特兒溝通希望呈現的感覺，會讓討論過程順利些。如果什麼想法與資料都沒有，就開始討論，通常會陷入沒東西可以討論的窘況，通常也會給模特兒不好的印象，認為這個攝影師連自己想拍什麼都不知道。

左圖是正中午拍的，注意屋頂有光線灑落下來，在廢墟時如果屋頂有破洞，搭配夠多的灰塵時，就有機會拍出類似耶穌光的效果。

右圖是傍晚拍的，頭髮受到陽光的照射呈現出漂亮的金黃色，需要溫暖的顏色表現時，可以選擇在太陽下山前後拍攝。

通常在這個階段，攝影師除了場景的照片外，還可以多方面蒐集服裝雜誌，將其他人在該場地的外拍作品給模特兒看，再由模特兒來決定她當天要穿的服裝，模特兒搭配好服裝後，可以透過 MSN 或視訊傳給攝影師先過目，免得當天拍攝時出現衣服搭配跟攝影師想法差距太大的情況。

攝影師也可以藉由溝通的過程中多跟模特兒聊天，拉近一些距離，多瞭解模特兒一些，對拍攝當天引導模特兒的過程會有一定的幫助。

了解什麼是受歡迎的照片

除了事先對拍攝過程的規劃與瞭解，攝影者更需要知道什麼樣的照片會是受歡迎的？雖然攝影是攝影者想法的實現，但如果能讓模特兒看了也喜歡，不是更好嗎？尤其是拍自己的女朋友或老婆，如果能把家裡的女王或公主拍得漂亮，相信以後申請敗家基金添購器材會更順利！

俗話說：「一白遮三醜」，只要能把皮膚拍得白皙粉嫩，至少就成功一半了！再來就是注意女生不希望被拍出來的小缺點，如被拍到翻白眼、齒縫有菜渣的、皮膚上的坑坑洞洞，一些私密部位的毛髮，如腋毛或鼻毛，如果把公主女王大人的鼻毛拍出來，還對自己的相機對焦很準、鏡頭很銳利感到得意不已，皮可能要繃緊一點了！由下往上取景時，雖然用廣角鏡把腳拍長了，可是相對地，臉也變圓了，瓜子臉變大餅臉，萬一恰巧又請模特兒看鏡頭，模特兒一縮下巴，當場把雙下巴拍了出來也是不理想的！一般女生如果不是非常瘦，多少都會有些蝴蝶袖，有時衣服穿得比較低或緊，也很容易拍出副乳，這都不太雅觀，應該盡量地避免！

以上都是很多男性攝影師在拍照時不會注意到的地方，但往往是女性在看一張照片時首先會注意到的地方！所以說，習慣用男性的審美觀來拍女性朋友的人，要先知己知彼，才能達到百戰不殆的境界。

舉例來說～現在很流行的夕陽壓光，或是由下往上拍順便帶大景的拍法在男生的眼裡看起來很炫很屌，對女生來說，或許有一、兩張這樣的照片也不錯，但如果千篇一律都是這樣的圖片，絕對不會受到歡迎的！在女性的眼中臉是圓是尖，絕對比天空的色彩來得重要許多，所謂的光影意境、曝光正確，都比不上一張把女生拍得纖細的照片來得受歡迎。或許女性朋友可能不好意思當著你的面，抱怨她的皮膚被拍黑、拍黃、臉拍圓、腰拍粗了，可是當你下次想約她們再出來拍照時，就會聽到一堆拒絕你的理由啦！

在能力達到能隨心所欲的拍出漂亮照片前，至少先練到能拍出讓你的拍攝對象喜歡的照片。攝影是減法的藝術在此也成立，當一張照片中暴露出來的缺點越少，代表它能被挑的毛病越少，就越成功！

等到能夠很輕易的把拍攝對象拍得漂亮，也累積了足夠水準的攝影作品集之後，再找尋不同特質、不同氣質、不同風格的模特兒來實現自己的拍攝想法與理想，會更容易成功！

PART 1

單元四
尋找單純的場景

一張好照片的成功要素之一，絕對關係主題的突出與否。就人像攝影來說，能夠把人物從背景裡面凸顯出來，就是一張好的照片！凸顯人物最簡單的作法，即是讓背景單純化，人物自然會成為畫面中的唯一焦點。

容易練習的場景

圖 A 是最簡單的拍法，模特兒搭配上白色背景，整個畫面非常的乾淨清爽，這種簡單耐看的日系風，是目前最受歡迎的網拍風格。初學者剛開始拍攝時，可以多找一些這種場景來練習，路邊的牆，顏色特殊的鐵門如白色、綠色等，都可以是拍攝的背景，只要稍加用心找，隨處都找得到好素材。

A　白色背景可以輕易地凸顯出主體，而且看起來乾淨清爽，讓整張圖片很耐看。

B　模特兒身上的衣著顏色和綠色的鐵門形成強烈的對比，且鐵門的垂直線條可以在視覺上替模特兒的修長身材加分。

圖 C 則是在一大片草原中配置一位模特兒，安排模特兒從畫面的右方朝左前方奔跑，營造動態感。這類的場景在比較靠近郊區的地方是很容易找到的，收割後的農田、交流道下面的草皮等都是很適合拍攝這類風格的場景。

進階的場景

圖 D 拍攝於海邊的堤防旁，畫面中除了模特兒，就是天空的藍與堤防的淺咖啡色，將模特兒安排在畫面右邊，讓其有往左走動的感覺。這類場景多在海邊出現，例如高美濕地、肉粽腳、福寶濕地等皆是拍這類照片的好地方。如果要搭配藍天，記得在早上 10 點之前，天空比較藍的時候拍攝，效果才會出來！如果背景的天空是一片死白，感覺一整個就遜掉了。

C

奔跑中的模特兒營造出動態感

D　讓模特兒有走動的感覺，
畫面會比較生動

圖 E 與圖 C 有些類似，但圖 E 是利用大片花叢色彩變化帶出延伸感當背景，如果這張照片沒有模特兒在裡面，整個畫面會是沒有主題的失敗作，而且整片花叢看起來會很雜亂，但把模特兒放進去後，花叢變成配角，反而會讓背景變得亂中有序顯得單純且雜亂中帶協調感。

將模特兒放入雜亂無章的花叢中，反而帶出奇妙的協調感

圖 F 與圖 E 也有些類似，但圖 F 比較極端，是利用畫面中雜亂樹枝的延伸，將視線引導至模特兒身上，共同點是如果沒有模特兒，整個畫面看起來很亂，但模特兒擺進去以後，協調感就出來了。

利用畫面中雜亂樹枝的延伸，將視線引導至模特兒

本篇的順序是照難易度排的，初學者訓練自己找景時可以循序漸進的練習。A、B、C 的場景很容易找到，練習的機會很多，將這種作法應用到帶大景的照片上，常常會有很大的加分效果。E、F 需要一定的經驗，如果沒有把握，不一定要這樣拍。

PART 1

單元五
自製反光板

反光板是拍人像不可或缺的道具之一，但一般市售的反光板夠大片到可以拿來拍人像的，至少要一、兩千塊台幣，而且不耐用，反光面的銀粉掉光後，補光的效果會變得很微弱，效果差很多。

筆者都是用自製的反光板來補光，作法很簡單，準備一片汽車遮陽板，再將其黏在剪裁成適當大小的珍珠板或瓦楞紙上即大功告成，整個成本不到兩百元，只要汽車遮陽板沒有弄破，就可以一直使用下去，像筆者這片已經用三年了，效果還是一樣好！

筆者用的這類反光板，是設計成可以對折收納的，如果有人幫忙拿反光板時，可以兩面都打開，補光的範圍剛好可以到模特兒的全身（圖 A），如果模特兒蹲著或只要補局部時可以對折，對折後也可以放在桌上，地面立著補光，不需要有人幫忙拿（圖 B）。如果光線很強時，可以反折過來用，用珍珠板那面來反射光線，光線會比較弱，補起來也比較自然（圖 C）。

兩片全開，補光的範圍可以到全身

對折起來，可以立著補光

光線太強時，可以用反面補光，獲得比較自然的光質

除了正常的補光功能以外，反光板在其他場合一樣有其功用存在，圖 D 是利用反光板遮陽，在大太陽的場合下，萬一模特兒沒有帶陽傘，可以給模特兒遮陽，圖 E 是拿來替模特兒搧風消暑，圖 F 是模特兒臨時要在戶外換衣服時，可以利用反光板遮擋，避免走光。

如果可以的話，可以準備兩組反光板，一組補光用，另一組隨身帶著可以給模特兒坐著休息，放東西（如模特兒的包包、相機包、相機等隨身行李），免得出外景時弄髒了。

PART 1

單元六
輕鬆擁有室內攝影棚

很多人玩攝影，尤其是人像攝影玩到某個程度後，或多或少都會想擁有一個自己的攝影棚，但養一個攝影棚的花費不是沒玩過攝影棚的人可以想像的。如果要搭出一個可以拍出有質感照片的攝影棚，光是燈光器具再加上室內實景跟一些小飾品、小道具，如桌椅、相框、盆栽等等的花費，往往就可以花掉一台機皇加大三元的預算，這絕對不是普通人能夠負擔的！就算是兼職的網拍攝影師，如果沒有足夠的案子可以支撐養一個攝影棚的花費，也是一件非常吃力的事情。

筆者在此跟大家分享如何用最少的預算打造一個攝影棚，這本書光看這篇，其實就已經值回票價了！正常情況下，是不會有攝影師願意分享這個的，畢竟是吃飯的傢伙啊！

這種便宜省錢風格的攝影棚，最適合用在拍攝日式簡約風的照片。如圖 A、B、C、D 這幾張照片都是用在網路拍賣上面的，就算是很簡單的兩光便宜攝影棚，只要抓到重點，也是可以拍出上得了檯面的照片喔！

白牆搭配木頭地板可以拍出有質感的照片

利用紗布使光線柔和所得的拍攝結果

利用兩片木板搭成的場景，牆壁是漆成綠色，地板則是漆成白色

利用 B&Q 買來的木板條拼放成的背景，可以拍出比較溫暖的感覺

省錢的第一步從燈光開始，不買棚燈，用自然光作主要光源，搭配外閃補光，雖然這樣的棚只能在白天拍，但自然光的質感只要掌控得當，絕對比不會打棚燈又亂打的漂亮！

要在室內用自然光攝影，最好是可以找屋裡光線最好的地方搭棚，例如本篇範例的攝影棚（圖 E），即是搭在房屋頂樓，有一整面的開口可以讓光線射進來，只要有這種地方，整個攝影棚即成功一半了，因為利用自然光拍攝時，如果要顏色漂亮，是不能開日光燈的（就算是正規的攝影棚，也是不開日光燈的），因為這樣自然光會混到日光燈的顏色，質感比較差。

再者，我們在前面也提到過，在室內拍照時，可以利用光線在室內的散射營造柔和的照明環境，所以我們必須設法創造出一個讓主體不要直接照射到光線的環境。

如圖 F 所示，用一片木板擋掉會直接照射到拍攝地點的光線，讓光線從其他地方照進室內。

如果光線不夠，可參考圖 B，利用紗布來讓光線變柔和，紗布可以使用很多層，直到光線夠柔和為止。但這種方法不管加多少層的紗布，都會有主體明暗不均的問題，因此，應該依照想要拍攝的作品類型來選擇使用木板擋光還是利用紗布柔光。

利用色紙加木板來做背景

至於攝影棚背景的更換，可以買各種顏色的背景紙，但背景紙算是消耗品，一張夠大的背景紙要兩千多塊，如果多買幾個顏色很快就花掉上萬元了，因此，筆者比較傾向建議用木板來當背景，如圖 F 右邊即是釘了一大片木板當背景，左邊還有很多片散裝的木板漆上不同顏色，可以視需求替換，而且木板也可以拿來當地板使用，漆上不同顏色的漆就變成了不同顏色的地板，萬一用久變髒了，重新上一次漆即可，準備幾片木板就可以使用很久。

如果空間不大，可以考慮使用圖 G 的拍攝方式，以一面直立的木板當背景拍攝，模特兒身高 163，木板寬 120 公分，這種大小拍直式人像是沒問題的，如圖 H、I、J 所示，不管全身，半身都 OK。但是橫式構圖會受限制，如圖 K 跟 L，圖 K 是沒露出破綻，拍到背後的綠牆，但壓迫感很重，因為模特兒在畫面中佔太大的比例了，如 L 讓模特兒小一點，背面的綠牆跑出來就破功囉！因此，如果空間真的太小，請採用直式構圖，否則就是找大一點的地點來進行攝影囉！

G

H

I

J

搞定場地的問題後，接著就是實地拍攝了。通常這種自然光棚，是一定要搭配高 ISO 來進行拍攝的，而且因為光線條件很固定，可以使用 M 模式設好光圈快門的數值後，一直拍照都不用測光也不用改設定，很方便的。

現在比較新款的相機，如 Nikon 的 D700、D300、D90，Canon 的 450D、50D、5Dmk2 等，高 ISO 的可用性至少都可以到 ISO800，甚至到 ISO1600、ISO3200，只要曝光得當，就算不除雜訊，縮圖後一樣有很好的品質。與其使用低 ISO 把照片拍得黑黑暗暗的，事後再用軟體把照片調亮，不如一開始就把 ISO 調高，把照片拍到理想的亮度，甚至稍微亮一點，效果與質感會更好！

如果光線不夠則可以參考離機閃燈那篇的使用方式，使用離機閃燈來作人物的補光，但也只是以補光為主，因為離機閃的出力不足以作為主要的光源，就算真的打亮了，質感也不會有自然光好，因此，請斟酌使用。

筆者會選擇分享日式簡單風格攝影棚的原因，是因為這個最容易拍得好，而且所需添購的道具最少，可以節省不少花費。通常畫面中一次只要出現一到兩種道具點綴，如一張小桌子或一張小椅子來讓畫面不要顯得單調即可，道具太多反而多餘，畫面也會顯得擁擠不耐看。

攝影者可以藉由這種拍攝方式慢慢練習以增添畫面中的元素，例如，先從畫面中只有人物，沒有其他擺設的畫面開始拍起，接著增加一張椅子，拍出滿意的作品後，再增加一張小茶几，然後觀察畫面中椅子與茶几的位置要怎麼擺才恰當，熟練後再增加牆壁上的小壁畫，如此一步一步的練習，在減法的攝影上久而久之會對畫面中的元素要怎麼取捨發展出一套屬於自己的心得，對構圖的修煉很有幫助喔！

模特兒在畫面中所佔比例太高，會有壓迫感

將鏡頭拉遠，會漏出背面的綠牆

PART 1

單元七

利用小道具讓照片更生動

很多時候如果只有模特兒一個人擺動作，很快就會膩了，整組照片也容易沒變化。此時可以考慮搭配小道具來當畫面的趣味點，讓畫面更生動。

小道具可以挑一些隨手可得的物品，例如書本、包包、鏡子、化妝品、陽傘、眼鏡等，不需要很特殊，只要能與模特兒產生良好的互動即可。

利用書本來讓畫面生動或引導視線

如以下三張圖都是利用書本來製造畫面中的趣味點或是引導視線。

利用包包呈現自然的動作

右圖讓模特兒背著包包走路，看起來更生動自然，以筆者的經驗，模特兒背著包包擺動作似乎會比較自然，或許是這樣較有安全感吧？

利用眼鏡柔化銳利的眼神

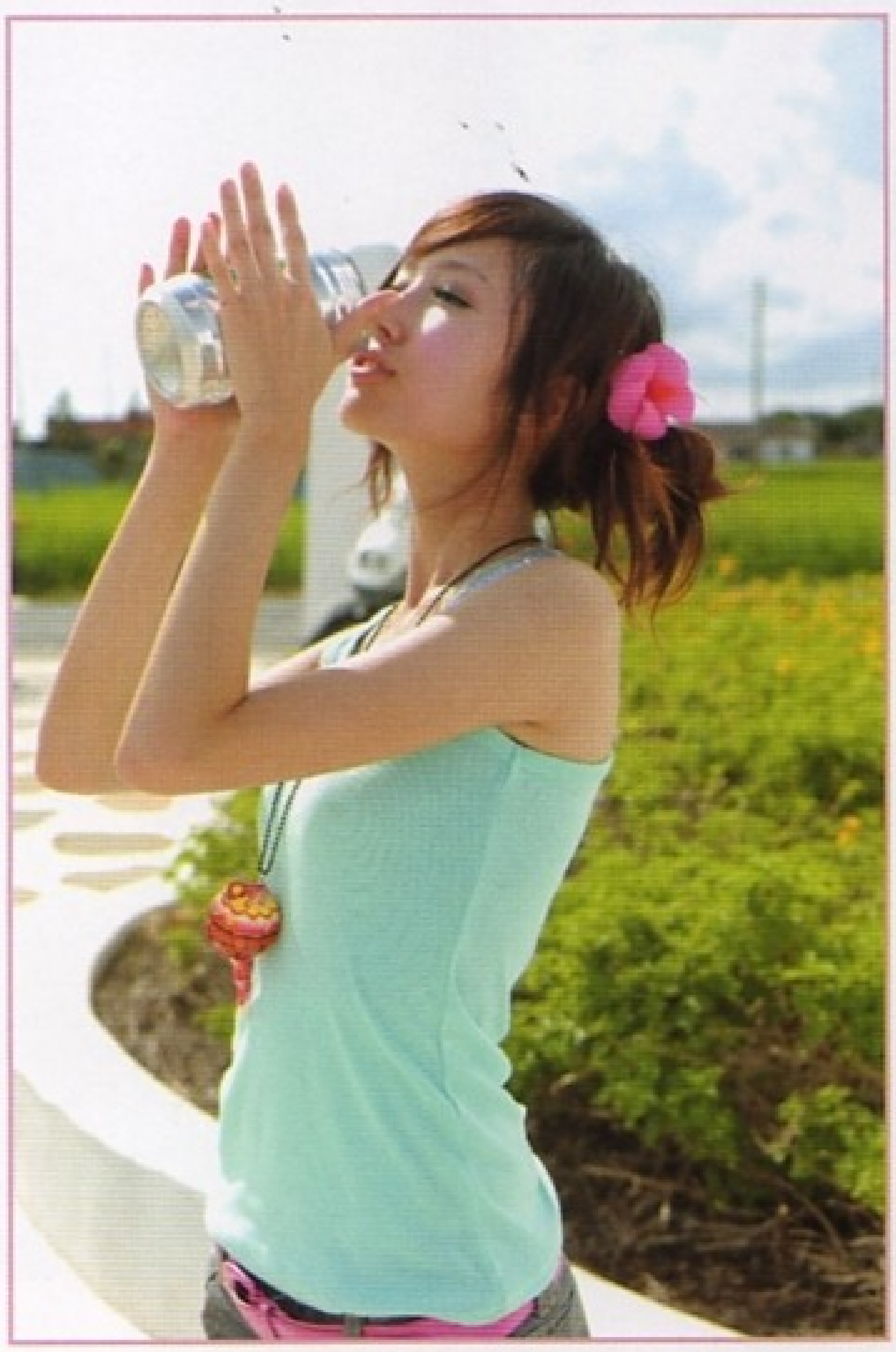
下圖左是使用眼鏡。眼鏡是一個很好用的道具，尤其是在模特兒天生眼神比較銳利時，選擇造型合適的眼鏡可以柔化模特兒的眼神，如果顏色選得好，還可以當成畫面的趣味點，形成畫龍點睛的效果。

利用花朵讓模特兒變得亮眼

下圖右的小道具是模特兒頭髮上的花，花也是很好用的道具，顏色鮮豔又大朵的花可以讓模特兒變得很亮眼，照片也會馬上脫離生活照的範疇，如果常外拍，可以多準備幾種不同種類、不同顏色的花朵，以備不時之需。

營造氣氛的道具

以下四張圖是去海邊玩不可或缺的水槍與游泳圈氣球、花圈、草帽，可以很輕易地營造出夏日海邊的歡樂氣氛。



觀摩時尚雜誌專業造型師的搭配

選用道具的原則通常是要看場景來搭配的，如果去廢墟拍照還穿得很夏天，戴著草帽花圈就不合適了。因此，平時要多看看時裝雜誌，觀摩專業的造型師是如何搭配的，功課作多了以後，若遇到相同的場合，自然知道要使用哪些道具來搭配才會有好的效果囉！

吃零食的樣子，可以呈現可愛、自然的感覺
翅膀是走創作路線的拍攝作品中很受歡迎的道具

Part 2 成為 Pro 一定要會的基本功

本單元著重於攝影的基本工。淺景深的控制在人像攝影的領域是很重要的一環。拍不出淺景深的人常會把要把背景拍清楚，才知道拍照的地點在那邊這句話掛在嘴邊， 殊不知淺景深如果運用得當，既能凸顯主題，又能交代背景，是非常好用的技巧。除了淺景深外，各種拍攝人像的取景技巧也一一在本篇跟讀者分享。人像攝影並不需要複雜的構圖，只要主題清楚，即是好照片。努力掌握這基礎的大原則，相信很快就能拍出一張令自己滿意的作品了！

PART 2

單元一
拍出漂亮大頭照的訣竅

新手剛開始攝影時，最喜歡拍的照片類型可能是大頭照，或許是因為拍大頭照最容易得到成就感，也最容易體會使用 DSLR 所帶來的改變吧！但要拍出一張耐看的大頭照也是需要一些技巧的。

新手拍大頭照常犯的錯誤

如下圖，如果讓模特兒直視著鏡頭拍照，很容易像是一張證件照，看起來會很呆板。

右圖的問題在於把模特兒的頭擺在畫面的正中間，觀賞者一看到照片，視線馬上就被定在畫面正中間，照片的耐看性與想像空間會少了點。

模特兒直視著攝影者，看起來像是呆板的證件照

主體直接擺在畫面中央，少了想像空間

橫式構圖的拍法

在拍攝大頭照時採用橫式構圖，如果把人物的臉拍大一點，畫面會比較有壓迫感，如果人物小了，畫面則容易顯得空洞，在畫面構圖的拿捏上，難度比較高。

如果很想拍橫式構圖，可以考慮拍模特兒的側臉，利用模特兒的視線引導觀眾的視線會比較好。

人物的臉拍得太大，視覺上會有壓迫感

利用模特兒的視線引導觀眾，可以讓照片比較有感覺

直式構圖的拍法

拍攝大頭照時建議由直式拍攝構圖練習，並且把眼睛安排在畫面上方 1/3 的地方，會比較容易拍出成功的作品。拍攝時可以請模特兒身體稍微動一下，如頭偏一點，歪一邊，不要直直的往前看，拍起來會比較生動活潑。在拍攝時搭配一個大眼鏡，請模特兒吐舌頭製造俏皮的感覺，也有不錯的效果。

拍大頭照並不一定要拍正面，拍側面或許是另一個好選擇，如這幾張圖分別是請模特兒往下、往上、回眸一笑時拍攝的。將模特兒的視線安排往其他地方看，把模特兒的視線當成引導線，在畫面上做適當的留白，可以讓相片更有想像的空間。

拍大頭照時，筆者建議可以先由模特兒的側面開始找最合適、最漂亮的角度。從側面開始找角度的原因，是因為由側面拍，比較容易拍出五官輪廓的立體感，如果模特兒臉型不正，或有大小眼，拍側面也比較不容易發覺，成功率會比較高一些。

PART 2

單元二

拍出淺景深的訣竅

用 DSLR 拍攝比用 DC 拍攝佔優勢的地方之一就是更淺的景深。應用主題清楚，背景模糊的拍攝手法可以把拍攝主體與背景很清楚地分離開來，這個技巧在拍攝人像時特別好用，淺景深可以簡化畫面，清楚的呈現主題，精準的控制景深可以讓畫面的景物有層次，讓畫面更有立體感。

左圖的背景是一整片的樹條，如果把人物與背景都拍清楚，會讓畫面的線條看起來很雜亂。這時正是利用 DSLR 優勢的時候，在拍攝時，利用大光圈來讓背景整片模糊掉，柔和的線條看起來舒服多了，也可以很清楚地把模特兒凸顯出來。不過，在利用淺景深的手法拍攝主題時，最好能夠帶一些前景，這樣畫面會比較有立體感。但是左圖看起來會像是將模特兒合成到背景裡頭，或者是站在假背景前面拍的一樣，感覺比較不真實。

右圖也是在同一個場景拍攝的，跟左圖的不同處在於模特兒前方帶了一片草叢當成前景，用這樣的手法讓模特兒融入在畫面中，並利用景深的控制讓背景逐漸的往後模糊，看起來就很有立體感。

利用大光圈（f2.2）讓背景的線條模糊柔化，凸顯模特兒

帶一些前景的淺景深，畫面看起來更有立體感

右圖是在街上拍的，在這個場景，一樣是利用淺景深讓背景稍微模糊，把模特兒從畫面中切割出來。

以街景當做背景時，淺景深可以糊化背景太過雜亂的元素

拉開主題與背景的距離

請注意圖模特兒身後的樹。在相同光圈（f2.5）下，左圖模特兒背後的樹，比右圖模特兒背後的樹清楚，這是因為左圖的樹離模特兒比較近，一旦樹與模特兒的距離落在景深的範圍內，不管怎麼拍，樹都會是清楚的，右圖則是請模特兒往前，把樹與模特兒的距離拉開，在相同的光圈設定下，樹就變得模糊了。

離樹較近

離樹較遠

用長焦段拍攝

用長焦段拍攝時，也可以把背景模糊掉，右邊這兩張圖即是用 200mm 這個焦段拍攝的。在這一組圖上可以很明顯地發現到，半身照的背景比全身照的背景模糊很多。因此，如果希望背景很模糊，可以靠近主體拍攝，在相同的焦段條件下，越靠近主體，背景越模糊。但需要注意的是，使用長焦段拍攝需要的安全快門較高，如果手持不穩定時，必須提高 ISO 值，或者藉助三腳架或地形地物來做支撐，以提高拍攝的成功率。

用大光圈拍攝

左圖是以 85mm/f1.4 拍攝，拍攝時使用 f1.4 的光圈。這種拍攝方法一樣可以拍出主體清楚，背景模糊的照片。用這種手法拍出來的照片主題與背景的切割感很強烈，跟用長焦段拍攝的感覺是不一樣的，讀者可以比較這兩張圖的感覺，左圖的人物像是被從背景切割出來一般，右圖的模糊則是從主體開始慢慢往背後模糊，感覺比較柔順。兩種方法各有特色，可以視情況需要，採用適合的手法。用大光圈拍攝時，需要注意的是因為光圈大導致景深淺，拍攝時不管是模特兒晃動、或是攝影師手震，都會導致畫面模糊，因此，用大光圈拍攝時，同一場景同樣動作最好能多拍幾張，回去再挑選最清楚的一張。

85mm/f1.4

200mm/f3.5

沒有大光圈，或長鏡頭，也可以拍出淺景深

綜合以上三點，我們可以知道要拍出淺景深的照片不是用大光圈，就是用長焦段，如果用的鏡頭焦段不夠長，甚至是廣角鏡時，可藉由拉遠主體與背景的距離來製造淺景深，下圖左就是用廣角鏡拍攝的，但因為拍攝時很靠近模特兒，拍攝方式如右圖所示，因此拍出來的照片還是會有淺景深，不過還是沒辦法像使用長焦段或大光圈拍攝時那麼明顯就是了。

如果使用的是 kit 鏡或旅遊鏡，沒有大光圈可以用時，可以利用旅遊鏡的望遠端，並盡量靠近主體來拍攝，來得到淺景深的效果。如右頁圖是利用 18~200mm 變焦鏡的望遠端拍攝，雖然光圈只有 f5.6，但是依然可以拍出景深很淺的照片。

若是受限於預算，又想嘗試淺景深的照片時，可以先購買一顆 50mm/f1.8 的標準定焦鏡頭來取代 kit 鏡，搭配上面講的三大原則，也能輕易拍出有淺景深的照片。

雖然鏡頭焦段不夠長，但利用接近主體的拍法，也可以拍出淺景深的效果

旅遊鏡的望遠端雖然光圈很小，但是只要夠靠近主體，還是可以拍出很淺的景深

PART 2

單元三
拍攝人像的基本構圖法

以下範例拍攝地點是下午的東海大學牧場附近，選擇這個拍攝景點的原因是因為這個景經過適當的取景後，會顯得很單純，綠色的背景可以跟模特兒粉嫩色系的衣服搭配得很好，右邊的綠牆與帶點黃色的小徑，可以提供畫面延伸感，最右邊的大樹，剛好有分枝延伸到畫面前方，可以當成前景使用。

分析拍攝現場，避開不理想的元素

右圖即是拍攝時的現場狀況，本範例所有的圖片攝影師都是蹲在同一個位置，藉由改變鏡頭焦段來調整構圖。畫面中用紅色框起來的地方建議避開，不要帶進畫面：（紅 1）因為草皮剛整理過，黃黃禿禿的顯得雜亂沒生氣，因此選擇捨棄；（紅 2）是水溝蓋，理所當然的一樣捨棄。（藍 1）可以作為構圖的前景，（藍 2）可以提供延伸感。

橫式構圖

右圖是左圖的拍攝現場選擇橫式構圖的結果，但是因為裁切到腳，會讓人物看起來像是貼在背景上，但是為了要避掉（紅 1）的草皮，又不能讓整個人出現在畫面中，結果畫面左邊顯得重心比較不穩，個人覺得不是很理想，因此改成直式構圖。

拍攝全身的直式構圖

右邊這兩張是改成直式構圖的結果，整體畫面的構成要素比較完整，是可以接受的。不過因為筆者拍攝此範例時用的是 D3，對焦點集中在中央，因此人物的配置比較偏中間，如果可以把人物往右移一些會更好。

拍攝半身的直式構圖

右圖則是改成拍攝半身圖時的取景，有前景也有畫面延伸的立體感，也是可以接受的拍攝結果。

一般來説，在拍攝類似這種既有前景，又可以營造延伸感的場景時，建議使用長焦鏡頭，利用 200mm 或 300mm 的焦段來拍攝，這樣可以把人物與背景用比較淺的景深分離切割開來，凸顯出主題。如果用廣角或標準焦段的鏡頭拍攝的話，難度會比較高一些，背景拍得太清楚，可能會讓畫面顯得雜亂，太多的線條會讓主題無法很明確地表達出來。

PART 2

單元四

從場景中擷取最精華部分當背景

會選擇出外景，通常是沒有自己的攝影棚，或是希望能拍攝不同於室內的風格，但出外景時最難控制的變數，除了光線，就屬場景了！因為外景往往是公共區域，尤其是廢棄的眷村或廢墟，地上常有一堆垃圾或廢棄物，嚴重干擾拍攝的構圖。

遇到這種情形，最直接的作法就是掃地清理現場，或者是用抹黑法把地面通通抹黑，眼不見為淨，但這兩點都需要花費額外的時間。其實最快的方式，就是在拍攝時，裁切掉不想出現在畫面中的元素，讓畫面單純化，這是最快、最省時的方法。

裁切多餘的元素

左圖的場景如果用橫式構圖，會把大門與左邊右邊的牆壁拍進去，除了門與鐵窗外，牆壁上還有很多塗鴉，因此，畫面會顯得很凌亂，如果用右圖的拍法，只取右邊的牆，畫面只剩白色背景與少數幾個塗鴉，畫面會有一致性的感覺，塗鴉反而有點綴的加分效果。

畫面上的元素太多，因而顯得凌亂

簡單的背景，牆上的塗鴉反而發揮了點綴的加分作用

避開地面的垃圾

這個場景的問題在於地面的瓷磚沒有鋪滿整個地面，地面上也有垃圾，如果整個拍進去畫面會因此顯得凌亂。所以拍攝時只取模特兒上半身，留下黑色木箱一角安定畫面的重心。

的
地
拍
。
半
定

避開凌亂的背景

這個場景的問題在於背景很凌亂，這時候稍微偏一下拍攝角度，把模特兒左邊的景物整個捨去，多放入模特兒右邊的白牆。

整個場景已經蠻 OK 了，但地面有雜草沒辦法除去，因此筆者選擇裁掉一部份腳部與屋頂的柱子，只留下白牆，畫面右邊的小白桌與七分身的模特兒，這樣看起來是不是很像是在攝影棚拍攝的照片呢？經過裁切後的畫面，看起來簡單乾淨，如果不說破，一定很多人認為這是在攝影棚裡面拍攝的吧！

常有人說攝影是減法的藝術，本篇的真意即是在此，把畫面中會干擾主題呈現的元素減去，只留下對主題有加分的元素，就可以把拍攝的主題凸顯出來，化腐朽為神奇，把荒郊野外的破爛場景拍得很有質感喔！

PART 2

單元五

尋找特殊的取景角度與有趣的背景

攝影時，如果只是站著拍的話，整組作品可能會有單調，變化不多的問題，因此經常可以在秀展看到帶梯子取得制高點外拍的攝影者，或是在外拍場合看到趴在地上或躺在地方拍的攝影者。

取景角度的改變

以下這兩組圖，一組是蹲著，一組是由上往下拍攝的，為的就是改變取景的角度來讓畫面有更多的變化，而且由上往下拍時，由於會涵蓋大部分的地面，因此畫面通常會比較單純，主題容易凸顯出來。

逆光拍攝時，利用錯位的技巧，讓相片有模特兒捧著太陽的錯覺

利用光線來做變化

除了改變攝影角度外，也可以利用光線作些不同的變化。左頁的圖是利用大逆光時，請模特兒手舉高，攝影者利用錯位的技巧，讓相片有模特兒捧著太陽的錯覺。右圖在微光場景中，調整模特兒的手，讓光線在模特兒的手心中呈現一個愛心的形狀。

在微光場景中，調整手部的位置，讓光線在模特兒的手心中呈現一個愛心的形狀

從鏡中取景來增加趣味性

鏡子是另一種很容易可以拍出有趣照片的好東西。左圖利用鏡子把模特兒與攝影者一起拍進去，讓畫面變得有趣。右圖利用餐廳的鏡子照出模特兒的另一個角度，算是另一種框景。

左圖利用鏡子把模特兒與攝影者一起拍進去，讓畫面變得有趣

右圖拍攝鏡中的模特兒，形成另一種框景的趣味

尋找特殊的場景

尋找特殊的場景是另一種讓照片突出的方式，圖 A 請模特兒躺在沙發上，拍出來的照片自然角度很特殊，很多網路上知名的攝影高手也很喜歡這樣拍。圖 B 找的是有特殊塗鴉的牆，用來襯托出模特兒冷酷的調子。圖 C 的場景本身即很特殊，這張照片利用畫面中的線條把視覺焦點引導到模特兒身上，更加凸顯主題。圖 D 在出遊時比較容易遇到，例如建築物跟摩托車的色調一致，又跟模特兒身上的衣服行成對比，請模特兒坐在摩托車上面拍照，很容易把模特兒襯托突顯出來。

A　這是目前非常流行的取景角度

B　利用有特殊塗鴉的牆當背景，襯托出模特兒冷酷的調性

C　畫面中的線條可以把視覺焦點引導到模特兒身上

D　尋找與模特兒衣著顏色對比強烈的背景，可以輕易突顯主體

利用特殊的鏡頭

除了環境與光線的影響外，攝影者本身可以利用特殊鏡頭取得特別的影像，右圖用的是超廣角鏡拍出大頭狗的趣味效果。下頁的圖則是利用魚眼鏡頭拍出變形的地平線，用以強調飛奔中的模特兒。

帶入攝影環境中的變數

帶入攝影環境中的變數有時候也很有趣，例如下圖是小幫手在攝影師拍照時側拍的。

一組攝影作品如果一成不變，再好的作品看多、看久了，總是會麻痺。正如一本書或一部電影一樣，需要有起承轉合，搞笑中偶而穿插一些感人的橋段，或是一部哀傷的作品中偶而穿插一些輕鬆的片段，都可以讓人放鬆心情或精神一振，這點正是攝影者需要發揮巧思與創意的地方囉！

PART 2

單元六

如何讓人物完美的融入畫面中

一般初學者會犯的毛病之一，即是如下圖那樣，讓人站在背景前面就拍了，這樣拍很容易讓觀賞者覺得人物是貼在背景上面的，如果打了閃燈，看起來更像是把人物合成在背景上面，人與背景之間會有很嚴重的疏離感。

讓模特兒和場景有互動

只要巧妙的帶一些畫面的前景進來，使其與模特兒有互動，即可解決疏離感的問題。模特兒與場景有了互動之後，不僅畫面變得活潑，整張相片也因為有了前景、主題與背景三層的分別，而更富有層次感與立體感。

這些範例很適合男女出去玩時應用，可以讓女朋友在手中拿著花花草草，或是帶一片樹葉當前景，去餐廳吃飯時，可以利用餐桌與桌上的食物當前景。

PART 1 | PART 2 | PART 3

拍出融入環境的感覺

如果想要拍出融入環境的感覺，可以請模特兒進入花叢或草叢中拍攝，甚至是躺下讓花或草稍微遮住模特兒的身體，會讓模特兒有融入環境中的感覺。

頹廢路線的拍攝手法

如果走廢墟微光頹廢路線，則可以帶鐵絲網，網子等來當前景，圖 A 利用網子遮住模特兒的一邊眼睛，強調出另一眼的眼神，圖 B 利用鐵絲網搭配模特兒的肢體語言強調出畫面的掙扎感，圖 C 則利用鐵絲當前景，營造畫面的延伸感。

A

B

C

利用整面窗戶營造框景

以花草作為前景，模特兒彷彿融入環境當中

以建築物來當前景

以下兩張圖則是利用建築物來當前景。右圖是利用木造窗框當前景，並把模特兒安排在最大的那格，下圖則利用破掉的紅色門當前景。

採用低角度拍攝，利用地面的延伸感當前景

萬一都找不到前景時，也可以低角度拍攝，多帶些地面，並利用地面的延伸感當前景，帶前景是一個馬上就可以讓照片看起來有專業架勢的拍法，而且也很容易使用，只要留心一下場景找尋合適的前景，並且恰當分配前景在畫面中的比例即可，建議可以多多使用這個方法喔！

利用地面的延伸感當前景

PART 2

單元七

大光圈的妙用

讓人物從畫面中跳脫出來

在一般的認知裡，使用大光圈的鏡頭，最主要的目的是把背景拍得很糊，即是拍出淺景深。但使用大光圈鏡頭拍人像的目的絕對不只是把背景拍糊而已。其實最主要的目的，是在於可以更容易利用景深的變化來營造畫面的立體感與層次感，或是利用淺景深的特性來簡化背景，以達到凸顯主題的效果。

使用 APS 片幅的相機拍攝全身照時，f1.4 較能凸顯淺景深

這兩張圖皆是利用大光圈鏡頭來簡化背景，這兩張照片如果背景清楚的話，畫面會顯得很雜，而且看起來像是一般小型 DC 拍的照片。一般來說，如圖 A 用 APS 尺寸的 DSLR 拍全身照要凸顯淺景深時，筆者會選擇光圈全開 f1.4 來攝影，圖 B 半身照則是 f2.8，如果用的是 135 全片幅的相機，光圈可以分別再縮一格，如全身 f2 或半身 f4。

如果是半身照，光圈可以縮到 f2.8

營造層次感

下圖則是用大光圈來營造畫面的層次感，白色窗簾與模特兒維持清楚，前景的花與背景的竹簾，甚至於最後面的綠樹則模糊，把整個畫面的層次顯現出來。

凸顯主體

下圖是利用大光圈來模糊掉前景的白色梨花，以下圖來說，如果前景的綠葉太過清楚，會搶走模特兒的風采，因此，選擇開大光圈來將其模糊掉。

營造立體感

下圖是筆者使用大光圈鏡頭時最常用的手法，利用大光圈來區分出前、中、後景的景深，整張畫面顯得很有立體感，雖然模特兒身處雜草堆中，卻不會有雜亂的感覺。

大光圈定焦鏡拍人像的優勢

拍大頭照時，開大光圈拍攝可以省下修皮膚的動作，下頁圖使用的光圈是 f2，對焦點是模特兒的眼睛，可以看到除了眼睛很銳利之外，模特兒臉部的其他地方都很柔和，如果拍攝對象的皮膚不好時，這是很實用的方法！但用這種拍攝手法時請務必讓雙眼都在同一個焦平面上，才不會一顆眼睛清楚另一顆眼睛模糊，這種方式比較適合用於正臉的拍攝。

要練習利用大光圈控制景深，筆者建議至少要使用 85mm/f1.8 以上焦段的定焦鏡來嘗試，35mm 或 50mm 焦段不夠長，尤其是在 APS 尺寸的相機上，要明顯拍出景深的差異並不很容易。此外，用長焦段大光圈鏡頭拍攝時，不需要怕離模特兒太遠，以筆者的經驗，除非是參加大拜拜式的攝影活動，否則用 85mm/f1.8 來拍人帶景一樣是很好用的，只要多退幾步即可，獲得的成果絕對值得你多退這幾步路。

最後，在用大光圈鏡頭拍攝時最重要的，是要確定自己的相機與鏡頭搭配得很好，不會有移焦的問題，在開大光圈攝影的情況下，只要稍微有一點移焦都會造成整張照片的失敗，為了確保成功率，建議在現場時多拍攝幾張！

PART 2

單元八
用廣角鏡拍半身照

一般人提到用廣角鏡拍人像，立即聯想到的不是拍人帶景，就是為了把模特兒的腳拍長，所以才選擇用廣角鏡拍人像照。筆者在此要在告訴大家，如果角度抓的恰當，用廣角鏡拍半身照的效果會好得出乎意料。

用廣角鏡拍半身照的要訣就是使用廣角端，盡量靠近被拍攝對象，這樣拍的原因是要利用廣角鏡的變形來拉長模特兒，通常對臉比較圓，或身材比較正常的模特兒會有修飾的效果，重點是角度如果抓得好，看起來會很自然，不容易看出是廣角鏡拍的。

用廣角端拍攝半身照時，裁切到腰部是最理想的範圍

用廣角鏡拍半身照時，攝影者取景的角度如圖 A 所示，可以比模特兒高一些，但不能太高，過高拍起來會如同圖 D 的樣子，雖然臉看起來最瓜子臉，但變成大頭狗了！圖 B 是裁切到腰部，完全看不出來是用廣角端拍的，圖 C 裁切到腰部下面一點點，這大約是用廣角鏡拍半身照的極限，再往下增加身體的入鏡部份時，會很容易察覺到變形，看起來就不那麼自然了。

A　用廣角鏡拍半身照時，攝影者取景的角度

當然，這種拍法要盡量避免把人像的身體部位擺在畫面的四周，避免讓廣角鏡的變形效果對人物的身材比例造成不自然的影響。

B 裁切到腰部，完全看不出是用廣角端拍的

C 取景的範圍再大一些些，還是很自然的效果

D 取景的範圍延伸到大腿，會拍出大頭狗的效果

捕捉模特兒的動態

除了半身照外，用廣角鏡拍動態的照片也是一個很好的選擇，以下圖的情況而言，用廣角鏡拍攝的優勢在於用廣角端構圖可以獲得更高的畫面張力，而且因為廣角可以容納進更多的元素在畫面中，在模特兒快速動作時比較不怕裁切到模特兒的身體。下圖的狀況如果是用長鏡頭拍，只要模特兒在旋轉時稍微移動一、兩步，可能就會裁切掉模特兒的手部。不過使用廣角端拍動態人像時，最好使用追焦能力比較強的相機，否則可能會因為畫面雜亂的關係，導致拍攝的成功率降低。

拍攝動作中的模特兒時，用廣角端的成功率會比較高

PART 2

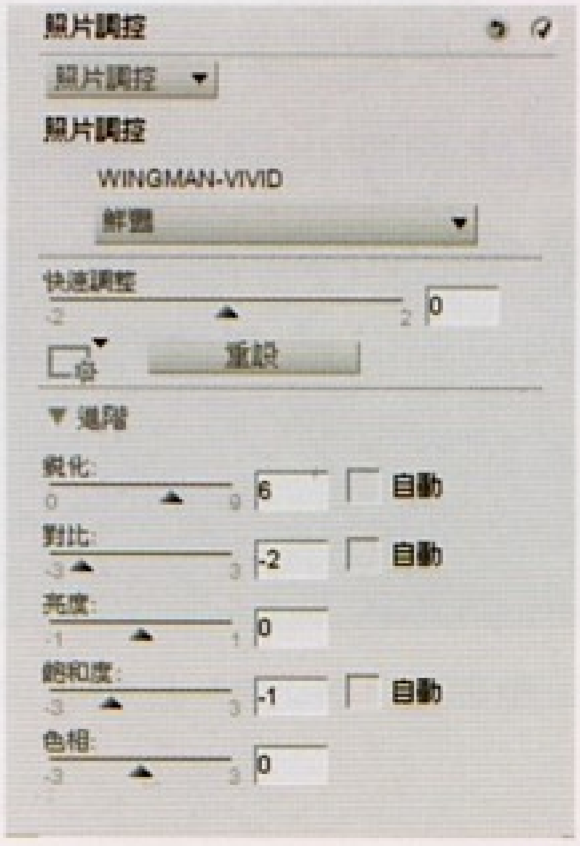
單元九
拍出漂亮肌膚的訣竅

很多人使用數位單眼相機(DSLR)拍人像，看中的正是單眼相機純淨的畫質、大光圈鏡頭，以及比一般數位相機更強的性能。而美麗人像的膚色更是許多攝影者極力追求的！為了拍出漂亮的膚色換系統、換相機、換鏡頭、買閃燈、買棚燈的人所在多有。但筆者要在這邊要澄清一個觀念，其實拍出漂亮的膚色跟硬體的關係並不大，重點在於光線的布置與模特兒本身，如果不瞭解這點，一味追求硬體上的提升，並不會獲得太明顯的改善。

本單元主要探討如何拍出漂亮的肌膚。根據筆者經驗歸納出了機身設定、曝光程度、補光與否、攝影時段、背景明暗、環境色調等幾個重點與各位分享。

機身設定

現今的 DSLR 大多內建各種場景模式，例如人像、風景、夜景等，或者是內建照片調控，如風景、人像、中性、鮮豔等。好的機身設定可以讓相片有一個好的開始，更便於後製。以 Nikon 相機為例，可以利用原廠附贈的 ViewNX 或另外購買 CaptureNX 來更改照片調控，讓同一張照片呈現出不同的風格。



左圖是用機身標準設定的照片調控拍出來的成果，右圖則是筆者修改照片調控設定後拍出來的成果。兩者相比較之下，修改過後的草地比原始設定的翠綠，膚色也比較紅潤，以此設定下拍出來的人像照片會更討喜。

機身標準預設值拍出的結果

套用調控檔後拍出的結果

機身設定這個項目，各家廠牌都有其設定方法與不同的思考邏輯，在此提供大家一個修改的方向，讓你可以據此調整出適合人像的攝影設定。以人像拍攝的設定來說，因為筆者喜歡線條分明銳利的人像，所以會提高銳利度。拍人像時，降低對比可以讓肌膚顯得更柔順，也可以保留比較多的細節。降低飽和度可以讓圖片清新耐看，過於飽和的色調，會讓肌膚顏色顯得厚重，並不討喜。

偏冷的白平衡設定可以拍出更白皙的肌膚

除了相機本身的內部設定外，拍攝時的白平衡設定也是很重要的。一般人習慣使用自動白平衡。自動白平衡即是相機聰明人傻瓜，一切交給相機決定。不過，相機終究沒人腦聰明，總是會有誤判的時候。

左圖是用自動白平衡拍攝的，但是拍起來偏黃，並不能說是相機的錯，因為拍攝時間是下午，偏黃是正常的，但這並不是我們要的結果。因此，筆者把相片的白平衡改為指定色溫，從 5200K 改成 4800K，顏色變得正常，模特兒身上的白衣服變回白色，符合我們的期望。

筆者拍攝時，一般是不使用自動白平衡的。出外景時，通常會把指定色溫設定在 4700K~4900K 之間，比日光白平衡的 5200K 偏冷一些，拍起來的皮膚會相對偏藍，看起來會比設定成日光白平衡拍攝的結果更白皙。

使用自動白平衡的結果，色調偏黃

將色溫降為 4800K，衣服變回白色

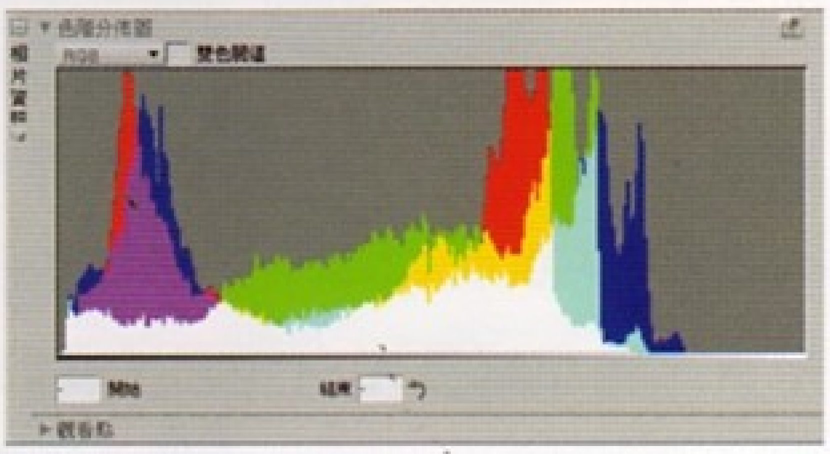
利用色階分佈圖來判讀曝光的結果

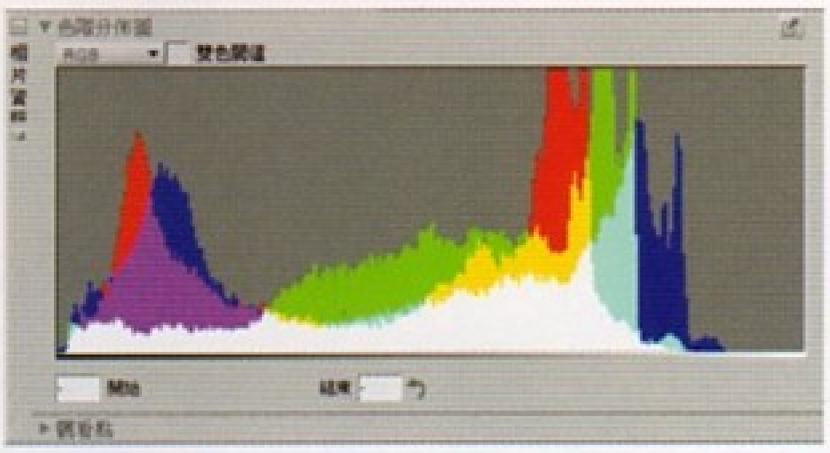
曝光的成功、恰當與否，會對照片產生很大的影響，曝光恰當的照片顏色好看，曝光失敗的結果，不是整張照片黑黑暗暗的，就是亮得很刺眼，過與不及都不好。

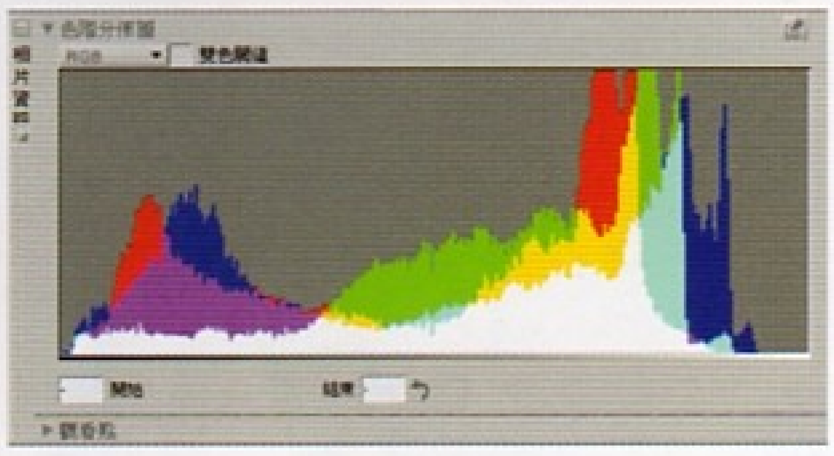
以下筆者在同一位置以同一位模特兒，用相同的光圈、ISO 值設定，每張增加一級快門拍了一系列圖片比較如下：

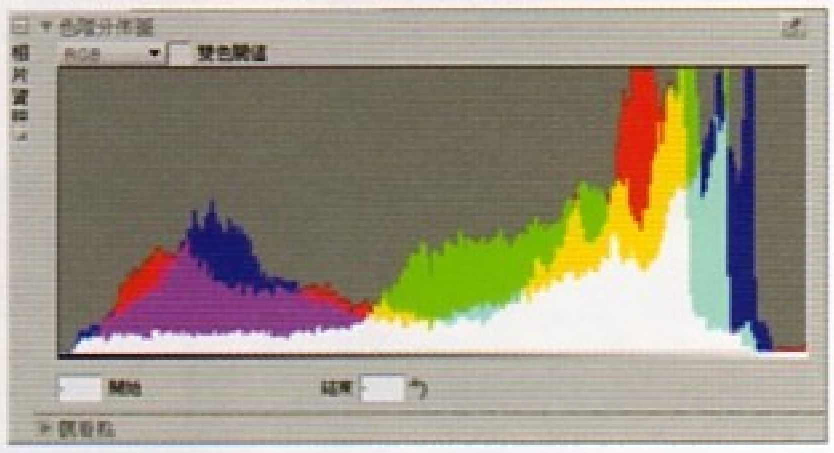
左邊是照片，右邊則是該張照片的色階分佈圖。要曝出漂亮的肌膚顏色，需要把曝光控制在即將過曝之前，超過就是失敗的照片，但如果成功的話，將會是一張漂亮的作品。

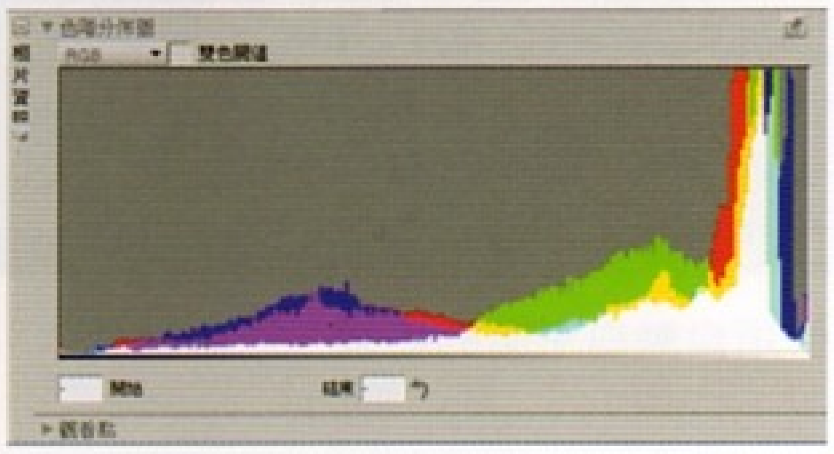
通常如果用相機的 A（光圈先決）模式拍照，相機自行決定曝光出來的結果會是第三組圖的結果，但以筆者的眼光來看，這並不是一張美麗的照片，因為白背景顯得陰暗，膚色變成巧克力色了。如果用 A 模式，可以考慮使用曝光補償增加 0.7EV ～ 1.0EV，可以得到第四組到第五組的結果。通常筆者使用 M 模式拍照時，會直接選擇拍成第五組圖片的樣子。











出外景拍攝時，因為陽光的影響導致相機的 LCD 螢幕並不容易看清楚，容易誤判結果。因此要學著看色階分佈圖，上頁 1 ～ 5 組的曝光分佈變化趨勢是照片越明亮，色階分佈圖就越往圖片的右邊靠攏。如果我們要拍出漂亮白晰的肌膚，必須嘗試著讓色階分佈圖呈現像第四或第五組例子的結果。

以 A 模式拍攝時，可以藉由增加曝光補償的數值來獲得這樣的結果。如果是使用 M 模式，則是先固定光圈決定主體的景深，再調整快門速度到合適的數值即可。

挑選合適的場合補光

常有人問筆者拍人像時到底有沒有用外閃或反光板補光？其實，筆者出外景拍人像時，很少用反光板或外閃補光，通常是使用自然光拍攝。使用自然光拍攝的好處在於光線很柔和，拍出來的人像會比較柔美，皮膚也會因為這樣，而讓瑕疵變得不明顯。

以這兩張圖為例，左圖有用反光板補光，右圖則是使用純自然光拍攝。有補光的圖片顯得較銳利反差較大，細節明顯，皮膚上的一些小痘痘都很清楚的呈現出來，顏色上也顯得很飽和。右邊使用自然光拍攝的圖片因為光線比較弱，反差較小，所以細節跟左圖相比，較不明顯，皮膚不需要修飾即顯得膚質很好，飽和度比較低，也讓皮膚顯得比較白皙。

補光，反差大，顏色飽和，但是肌膚的瑕疵會清楚的呈現出來

自然光拍攝，反差小，皮膚顯得比較白皙

由上面的例子，可以得知並不是所有的場合都要補光的，需要視需求選擇補不補光？如果選擇吃自然光，筆者建議選擇深色背景逆光拍攝，通常效果會比較好。

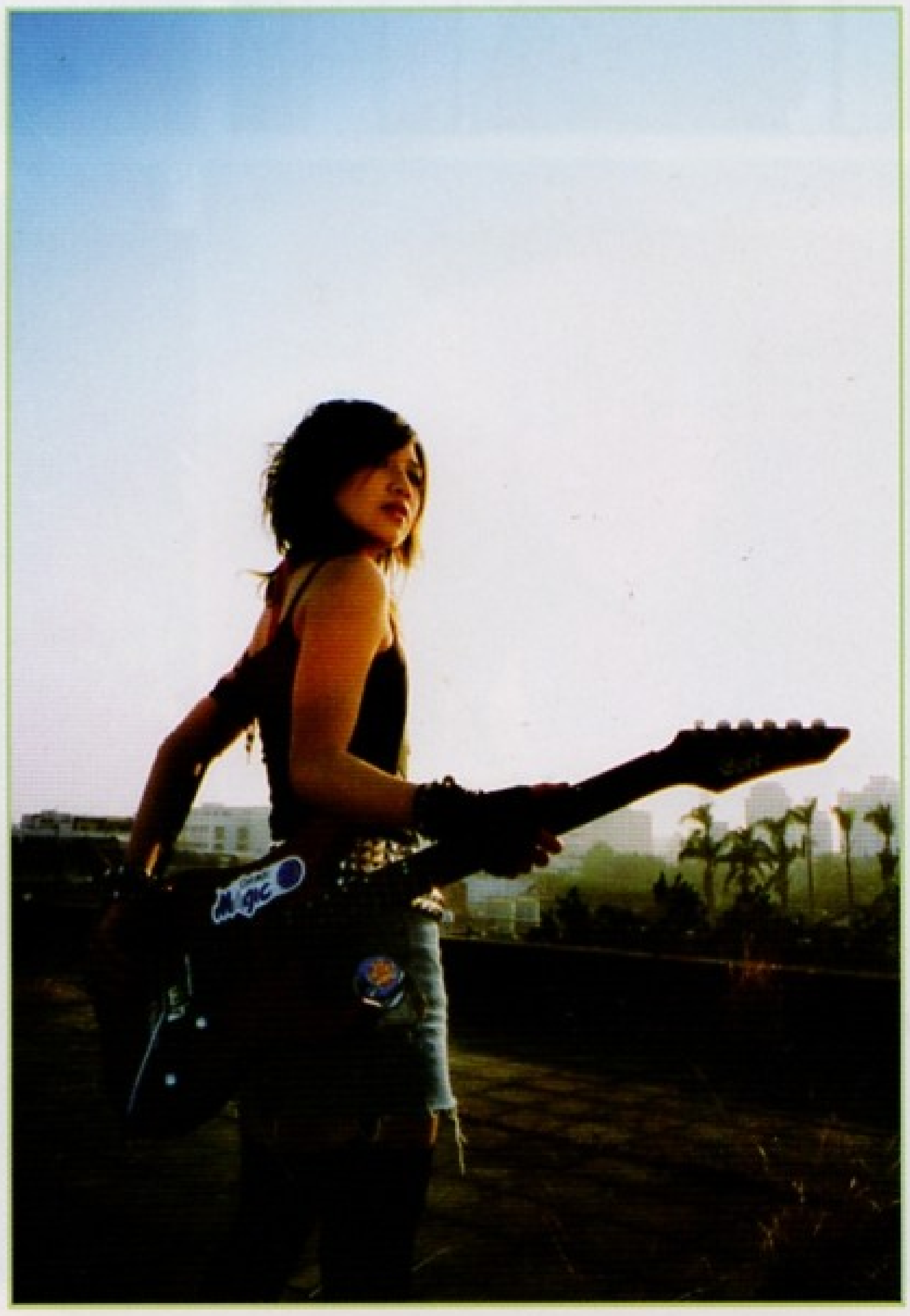
上午 7~10 點拍出的顏色最好看

攝影時段對於膚色的呈現有很大的影響。如果想拍出白皙的皮膚，可以選擇早上或中午的時段，早上有很大的機會可以拍攝出白裡透紅的皮膚，中午拍攝雖然也可以拍出白晰的肌膚，但跟早上拍攝的照片比較起來，則會顯得比較死白，少了些紅潤。下午拍的，尤其是下午三、四點以後的皮膚顏色則容易偏黃。

想要拍出漂亮的顏色，最好的攝影時段在早上 7 點到 10 點左右，太早拍，太陽還沒出來，膚色容易呈現冷色調，太接近中午拍，則容易顯得死白。

上午拍攝的人像，肌膚呈現出白裡透紅的質感

中午時段拍攝的人像，肌膚顯得較為死白，少了些紅潤



下午時段拍攝的人像，膚色看起來會有些偏黃

選擇比模特兒皮膚亮度低的背景拍攝

背景明暗是指背景相對於模特兒皮膚的亮度。通常背景的亮度比模特兒皮膚的亮度還暗時，拍起來的皮膚顏色會又亮又漂亮，但是如果背景的亮度比模特兒的皮膚亮度過亮時，模特兒的皮膚拍起來容易顯得暗沉，甚至偏黃。

上三圖：

背景比主體還亮，雖然已經讓
景稍微過曝了，不過還是無法
到令人滿意的結果

左二圖：

這兩張的背景顏色都比模特兒
皮膚還暗，因此在背景曝光正
時，模特兒的膚色會顯得很
皙。這個特性可以當成選擇拍
場景時的參考

場景選擇的實際範例

關於場景的選擇，我們以這個範例來講解。場景圖裡可以看到兩組紅色鐵門，左邊鐵門因為後面屋頂高度較低，沒有樹蔭，因此，會讓陽光直接照射到我們要拍攝的場景；右邊的鐵門因為屋頂比較高，四周又有樹木遮擋，陽光不會直接照射到人物上，這是兩邊鐵門最主要的差別。

此時筆者使用 M 模式，並且固定色溫，請模特兒在左右兩邊鐵門各拍一張，從實際拍攝的圖片可以發現在右邊拍攝的圖片顏色比較飽和，而在左邊拍攝的圖片因為有直接照射到光線，模特兒的臉部皮膚有稍微的過曝現象，衣服顏色跟鐵門的顏色也比較不飽和。

由本範例可以得知，場景與光線的選擇是影響相機與鏡頭表現的重要因素。初學者常常會覺得自己手上的相機跟鏡頭拍出來，怎麼老是沒人家用高階相機跟鏡皇拍出來的圖片漂亮？而一直想要升級換相機換鏡頭。其實這是沒有意義的，像這個範例是 D3+24~70mm/f2.8 拍的，只是模特兒的站位差了幾步，拍出來的相片質感與飽和度就有很大的差距！因此，筆者在這邊懇切建議不滿意手中相機鏡頭的朋友，再多檢討自己平常拍攝的習慣，從相機後面的腦袋開始換起，才能獲得事半功倍的效果喔！

環境與衣服的色調

因為光線反射的關係，所以模特兒的膚色呈現與其身上所穿的衣服及環境顏色是息息相關的。以筆者的經驗來說，背景或模特兒的衣物帶有藍色、紅色、綠色時，膚色通常會不錯。

圖 A 模特兒身上的衣服是黑色的，背景又有藍色，因此拍出來的皮膚又白又粉嫩。圖 B 是在紅色電話亭拍的，衣服是藍色的，模特兒的皮膚一樣顯得白裡透紅。圖 C 的皮膚反射到牆壁的紫色，因此帶點淡淡的紫。圖 D 模特兒的皮膚因為光線照到紅色柱子再照回來的緣故，顯得偏紅。圖 E 的背景是綠色的，膚色呈現也很不錯。圖 F 因為光線照射到地面的草皮再反射到模特兒臉上，因此，模特兒的臉呈現黃綠色。

A

B

由以上的例子可以得知，除了要選擇背景的明暗以外，顏色的選擇也是很重要的。如果把顏色列入選擇背景的考量時，還需要考慮光線照射的角度。例如，圖 D 因為光線從柱子反射到模特兒臉上，膚色顯得有些病態偏紅，圖 E 因為光線反射呈綠色照到模特兒身上，導致顏色不好看，這都不理想，能避免就應該避免。

以上是筆者長期拍攝下來的心得，這裡的範例完全都沒有用到外閃。要拍出美麗膚色的重點在於光線的運用與地點的挑選，只要能夠掌握這兩個重點，再輔以適當的機身設定，即使是一般的數位相機，也能拍出美麗動人的膚色喔！

挑選紅色門當背景，綠色樹葉當前景的場合拍照可以得到很漂亮的膚色。但為什麼有時候畫面中帶樹葉會讓臉色變綠，有時候又會不會呢？其中差異在於如果讓光線照射到樹葉上再反射到臉上時，臉色就不好看囉！

PART 2

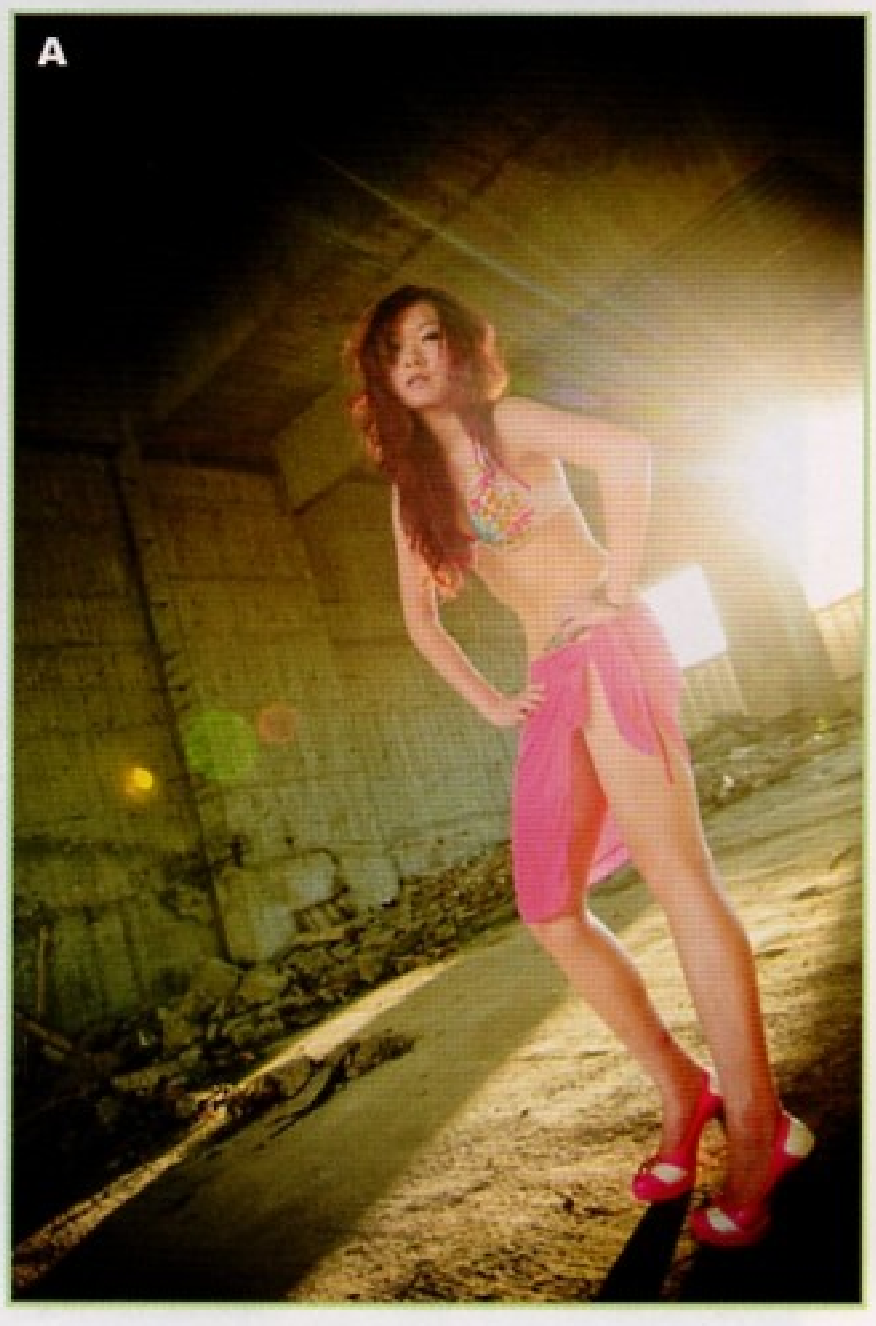
單元十 把模特兒拍得修長的秘訣

很多人都知道用廣角鏡拍人像的效果之一，是把人物拍得身形修長，不過要用廣角鏡把人物拍得修長，還是需要一些訣竅的，筆者在這篇用了很多範例讓大家參考。要把人物拍得修長，首先需要瞭解廣角鏡變形的程度與範圍，另一個即是拍照時，攝影者與被攝者的相對位置。

善用地形的高低差來拍攝

通常採用這樣的拍攝手法時，都會利用地形的高低差，讓模特兒站在高的地方，攝影師在低的地方拍，而且是蹲下拍。要找到有高低差的地形並不困難，例如，階梯或是有坡度的地面，都是很好發揮的地點。

A



利用地形的斜坡，讓模特兒站在斜坡的上方，攝影師在斜坡下方由下往上取景

利用樓梯的高低差，產生由下往上取景的效果

利用建築物的高低差，讓模特兒站在高點，攝影師在平地上取景

看完以上三組，可以歸納出一個重點，不管地形的高低差如何，只要蹲著拍把模特兒拍修長的效果即可顯現出來，但模特兒與攝影者的地勢高低差越大，效果越好，腳越長。

另外，如範例 A、B、C，筆者都把模特兒的腳掌安排在畫面右下角，這是因為要利用廣角鏡的變形，把腳安排在這個位置會拉得最長。

使用廣角鏡要特別注意的變形問題

除了拍攝角度外，使用的鏡頭也會影響結果。圖 D 與圖 E 是在同一個位置拍的，但使用的鏡頭不一樣，圖 D 使用的鏡頭焦段在 31mm，圖 E 使用的鏡頭焦段則是 14mm，兩者拍出來的結果是完全不同的，圖 E 的腳修長到不像是正常人類的比例了，因此，用廣角鏡拍是沒錯的，但要控制好變形量，以免變形太過離譜。

D

使用的焦段為 31mm

E

使用的焦段為 14mm，腿的比例已經不像正常人的比例了

將臉部安排在畫面的中央避免變形

利用廣角鏡拍攝時，因為廣角鏡的變形是越往四周變形越大，如果不希望讓模特兒臉部變形的情況發生，可以把模特兒的臉部安排在畫面的正中間，利用廣角鏡的變形效果拉長畫面邊緣模特兒的腿部，但可以控制住畫面中央模特兒的身體與臉部維持住正常的比例，如下圖所示。

使用廣角鏡要把人拍修長時，最好能把變形控制在最小，拍到看不出來是用廣角鏡拍的，但又能發揮廣角鏡的效果才是理想的結果。以上這幾組例子，圖 A 是最理想的，其他或多或少都看得出變形，就不夠完美了。

最後，有發現這篇裡面都沒有橫拍的範例照嗎？這是因為用廣角鏡拍攝會產生擠壓的效果，模特兒變胖變矮的機率很高，因此希望把模特兒拍得修長時，請盡量使用直式構圖。

怎麼拍都拍不高時那怎麼辦？

萬一模特兒的身型不修長，腿也不長，怎麼拍都拍不高時怎麼辦？筆者建議可以選擇拍半身照，把腳裁掉，這樣就看不出來了，或者請模特兒坐著或蹲著，以去蕪存菁的方式來取景構圖，就可以拍出漂亮的照片囉！

PART 2

單元十一

動態的模特兒拍攝

動態的模特兒拍攝算是模特兒攝影中比較有難度的，因為成功率較低，需要靠張數來提升獲得成功表情與動作的機率，但是如果捉到對的一瞬間，可以得到非常令人驚艷的效果。

另外，筆者認為這也是很好的暖場方式，尤其是面對第一次拍攝的模特兒，先拍一些動態的畫面，讓模特兒暖暖身，接下來拍攝時筋骨會比較柔軟放得開。而且在跑跑跳跳的時候，模特兒比較容易放鬆心情，專心做動作之下，會比較容易進入狀況，融入拍攝的情緒，同時也比較容易跟攝影師打成一片，熟了之後會比較好溝通，會讓拍攝活動更順利喔！

動態攝影的方法有兩種，一種是靠攝影師的直覺來抓時間點，採用這種拍法時，相機不用做特殊設定，只要照正常方式使用即可。但是，如果要連續抓取模特兒的表情，則需要開啟相機的連拍功能，才會有令人滿意的結果。

開啟連拍的方法

以筆者使用的 D3 為例，如圖 A 所示，要先開到連拍模式（有 CH 高速連拍與 CL 低速連拍）一般拍人像速度不用太快，一秒 3~5 張即可，連拍太快的話，緩衝區一下子就拍滿了，這時得要停下來，等記憶卡寫入完畢才能繼續拍攝，反而影響拍攝的節奏。因此，不用開太快，設定好連拍後，再來是 B 圖的選擇 AF 區域模式，我們要選擇的是動態區域 AF，也就是三個圖案中間的那一個。再來則是圖 C 的選擇對焦模式，要選擇的是 C 連續伺服 AF。以上使用 Nikon 相機做範例，其他廠牌或機種的設定方式，則請參考說明書。

A 設定連拍模式

B 設定 AF 區域模式

C 選擇對焦模式

利用連拍捕捉動態的瞬間

動態攝影時，可以選擇拍一系列模特兒的動作，例如這三張圖則可組成一系列的連作，在後製編排作品時，可以放在同一張上面，表達出模特兒的躍動感。

一組三張的套圖，可以表現出模特兒的躍動感

這三張則是使用連拍最主要的目的，靠連拍去抓取最恰當的表情，這三張中筆者選取的是中間那張，這張的表情抓的最好。這種場合如果靠攝影師單張單張的抓取畫面，失敗率會很高。

使用連拍可以提昇作品的成功率

利用小道具輔助動態的拍攝

除了跳躍與跑步外，旋轉也是筆者很愛的一種動態拍攝，要轉得好其實是有技巧的，除了模特兒本身的運動神經外，攝影者可以藉由小道具來輔助模特兒，右圖的場合是模特兒直接轉的，因為是穿平底鞋，所以並不好轉，轉起來動作比較僵硬。

這時候我們可以在模特兒腳下擺放滑一點的東西，例如在拍攝這張照片時，筆者就地取材拿了一片廢棄的門板讓模特兒在光滑的那一面旋轉，順利拍出了秀髮飄逸的效果！如果在拍攝前就有拍攝旋轉動作的規劃，可以請模特兒穿高跟鞋，有跟的鞋子會比平底鞋好轉。

請模特兒邊跑邊旋轉，也可以增加拍出好作品的機率

跑步的攝影也是動態攝影的一種。跑步時，可以請模特兒邊跑邊旋轉，在旋轉的過程中，可以拍到模特兒不同角度的臉部表情，如果模特兒是長髮，也可拍到飛揚的秀髮，拍出好作品的機會，遠比單純的向前跑、向後跑高很多。

最後要注意的是，在動態追焦時，用長鏡頭拍攝的成功率會比用廣角鏡高，在構圖上也比較容易拍出主題明確的作品喔！如筆者在本篇所放的範例，除了第一組跳躍要把模特兒拍修長（15~18mm）外，其他都是用 85mm 這個焦段拍的。

Part 3 自然光與外閃的使用技巧

本單元的重點在於光線的控制。光線控制的恰不恰當是決定一張照片美觀與否的最主要因素。攝影者的功力高下也是由此產生分別。身為一個人像攝影的愛好者，本章節絕對是需要用心閱讀的！因為光線照射角度的關係，正面迎向光的是順光，背著光即是逆光，筆者慣用的方式是逆光拍攝，逆光攝影的優點很多，但需要一點經驗與技巧，本章節即是將筆者的心得作一個概括的分享。掌握住逆光攝影的訣竅後，各位將發現光線神奇美妙的地方，讓人不禁讚嘆自然造化的神奇之處！喜歡參加假日外拍活動的朋友常會感嘆現在外拍網站的素質良莠不齊，因此，可以用本章講解的內容去印證帶活動幹部的打光方法與場景選擇，挑選出高素質的活動幹部來為自己服務，不要浪費錢又拍不出好作品囉！

PART 3

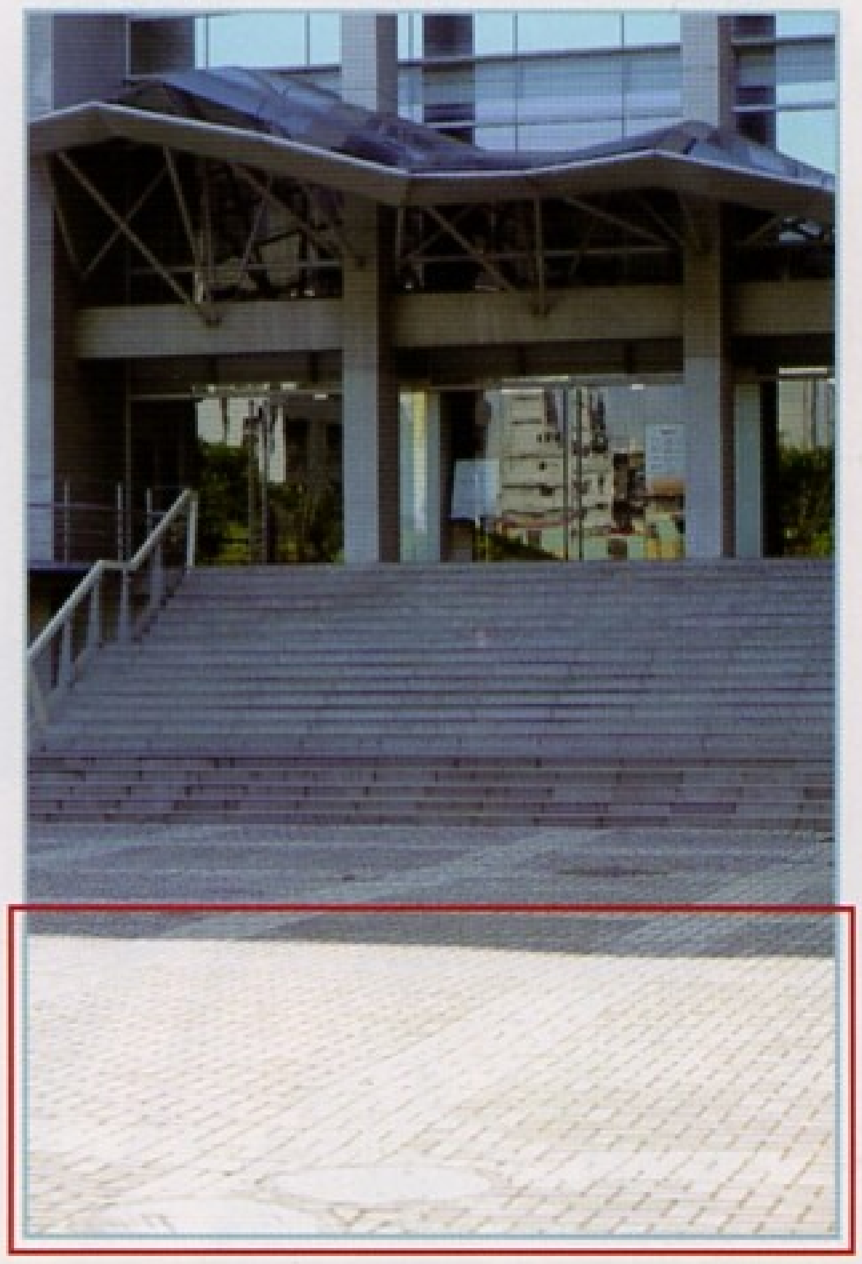
單元一
上午與下午的人像如何拍

上午 7 點到 10 點是最理想的人像拍攝時段

所謂的上午是泛指早上 7 點到 10 點左右的時段（隨季節增減），這個時段很適合人像的拍攝活動。在這個時段，攝影師可以比較容易藉由各種遮蔽物來調節太陽光的強弱，以控制照射到被攝者的光線。另一方面則是因為氣溫較涼爽，對攝影者與被攝影者都是一個比較適合活動的環境，可以有更好的表現。

以這個逢甲大學圖書館前的拍攝場景為例，攝影時間約莫是上午 9 點，這時太陽尚未完全升到天空正上方，有一部份被圖書館擋住，此時即可利用圖書館這棟建築物的陰影，來調節照射到模特兒的光線量。

紅色框起來的部份是已經曬到太陽的地面，其他稍微偏藍的則沒有曬到太陽，在這種情況下，不論是搭配反光板或是閃光燈都可以輕易地拍出漂亮的照片。



以上講的雖然是上午的人像拍攝方式，但原理一樣可以通用到下午太陽開始斜射時的攝影活動，只是照射的角度剛好跟上午時相反，並且顏色開始會偏暖色調而已。要注意的是下午比較適合拍照的時間大概是下午三點到六點（一樣視季節變化增長或縮短）。

以筆者的習慣，會請模特兒站在陰影裡面，不要曬到太陽，請助理由斜側面用反光板補光。站位如右圖所示。

如果讓模特兒走到陽光已經照射到的地方時，地面有過曝的可能，如右圖。

以這張範例來說，地面一旦過曝，整張圖片的重心會顯得不穩定，因為暗色調會比明亮色調顯得更穩重，所以通常會把明亮的地方配置在畫面的上方，暗的地方配置在畫面的下方，而這張圖片剛好顛倒。為了畫面的平衡，這種情況請盡量避免！

模特兒背後髮絲光的光線由太陽直接打出來，臉部的補光則由反光板補足。在這種情況下可以拍出完美的作品。

更近階的拍攝技巧可以參考本書中的逆光攝影與進階逆光攝影這兩個章節。

PART 3

單元二 正中午的人像如何拍

一般來說，由於光線照射角度的問題以及中午較為炎熱的關係，通常是不建議在正中午拍照的。因為正中午太陽垂直往地面照射，讓補光的困難度增加，往往補不到光，如果硬要補光，頂多只用反光板由下往上反射光線到模特兒身上，往往會補出鬼光（何謂鬼光？請拿手電筒由臉部下方往上照，即可體會）。這種補光效果並不理想。

用外閃補光是另一種方式，可是正中午光線很強，閃燈往往壓不過強烈陽光製造出的陰影，結果不是讓臉部（尤其是鼻頭過曝）就是讓衣服過曝，就算補得過光線，拍攝作品看起來可能也是會太過生硬，就很閃光燈的樣子，並不自然。

如圖 A，模特兒的鼻頭過曝，但其他地方的曝光正常，如果要讓鼻頭不過曝，其他地方勢必曝光不足，這並不理想，圖 B 即是拍攝這張照片時的所在環境，模特兒正上方並沒有屋頂騎樓可以遮陽，因此，模特兒整個人是曝曬在陽光下的。

A

B

在這種光線環境下要有好的拍攝成果，最快速的方法就是找陰影處拍照，讓模特兒待在陰影裡面不要曬到太陽，陰影內的光線會比較均勻，拍起來效果自然就好。

在這個場景可以請模特兒往後退到騎樓下面，剛好有一片漂亮的白色玻璃落地窗可以當成背景。下圖即是利用光線的漫射讓光線很均勻的打在模特兒身上，這種狀況下不需閃燈，也不用反光板即可拍出顏色很美麗的照片！但是要注意的是快門速度，請把快門速度控制在自己安全快門內或者用腳架拍攝，免得拍出手震的模糊照片就可惜了！

拍攝結果

如果找不到騎樓，至少要找一片可以把模特兒整個人遮起來的陰影。以這個場景為例，除了模特兒所在的地方外，雖然其他地方都有被太陽照射到，但是並不影響拍攝。

萬一真的都找不到騎樓或遮蔽物，可以考慮自己製造一個，左圖的模特兒因為太陽照射的關係，鼻頭與肩膀的白色衣服都過曝了，但選擇這個場景的原因在於牆壁的塗鴉很可愛，現場卻又沒有遮蔽物可以擋太陽，這該如何是好？

這時候可以利用模特兒自己用來遮陽的小陽傘充當道具讓模特兒拿著遮太陽。以筆者的習慣來說，只要事先預想到可能會曬到太陽，通常都會請模特兒準備可愛的陽傘，一方面可以遮太陽讓光線不要直射到模特兒身上，一方面也可以讓模特兒臉上的妝更持久，不會因為曬太陽流汗而一直補妝。

在大太陽下面拍照請隨時補擦防曬油，防曬油的防曬係數即是防曬油可以作用的時間，超過時間請馬上補抹防曬油，尤其是女性攝影師或是被拍攝者，請特別注意這點，否則很容易會被曬黑，到時候要白回來可不是容易的事。除了防曬以外，也需要定時補充水分以避免中暑。攝影師最好能戴上帽子，也有一定防曬的功用。

以上談的都是不得已時的補救方法，如果可能還是盡量不要在中午拍照，對攝影者與模特兒都好。

正午拍攝時，可以請利用陽傘
當道具，避免陽光直射到臉上
造成過曝

PART 3

單元三
利用場地進行補光

利用支撐物來撐起反光板

單人外拍時，除非使用外閃，否則補光常是一個大問題，就算帶了反光板，沒人幫忙拿也是白搭，如果使用反光板架把反光板鎖在腳架上固定補光，又顯得太招搖，機動性也差，並不是很理想。

就筆者個人而言，如果沒有助手幫忙拿反光板，通常會尋找可以利用現場光源拍攝的地點拍照，或者是利用地形地物支撐反光板來補光，如下圖的拍攝補光，即是利用相機包撐起反光板，並請模特兒坐下配合反光板反射光線的角度來補光。

利用相機包撐起反光板，請模特兒配合反射光線的角度

使用反光板補光的拍攝結果

PART 1
PART 2
PART 3
PART 4

善用場地的白色背景來補光

不過，一般最常用的，是找白色背景，如白色的地板，白色的牆面來利用場地補光，下方左圖是在台中的梨子咖啡店拍攝的，整間餐廳的特色就是白：白色的石子地、白色的建築物、透明的玻璃，是一個很適合進行拍攝的場地，在外面的白色石子地與白色建築物即可以替代反光板反射光線的功能，利用這個特性只要找對光線的方向，就算不用反光板，拿相機直接拍，依舊可以將模特兒拍得很漂亮。

一樣的道理，很多攝影棚都是以白色為主色，就是因為特別容易利用場地補光，就算不開棚燈一樣可以靠自然光線的反射得到很漂亮的結果，如下方右圖。

利用窗外的光線來補光

如果場地有窗戶，也可以利用窗戶的光來補光，如右頁圖所示，在這種場合並不一定要把光線補得很均勻，氣氛出來即可，補得太均勻反而顯得太平淡而沒有感覺。

利用場地補光需要經驗的累積與細心的觀察，有興趣的朋友可以多觀察多練習，等累積到足夠的經驗時自然可以隨心所欲，即使沒有準備反光板或外閃，一樣可以拍出美麗動人的照片喔！

善加利用場地的白色背景來做補光，就可以將模特兒拍得很漂亮

在攝影棚內，利用場地補光就可以得到很漂亮的結果

利用窗外的光線來補光，就可以成
就一張氣氛良好的作品

PART 3

單元四
逆光攝影

逆光攝影是筆者偏好的拍攝方式，新手如果能熟悉逆光環境下的攝影，一定能讓自己的功力再上一層樓！不只能提昇自己對於光線的掌控能力，也能讓自己的影像品質提升，很值得對攝影有興趣的朋友鑽研挑戰。

將光源控制在主體的後方或斜後方

逆光攝影的大原則其實很簡單，即是把光源控制在模特兒的後方或斜後方，不要讓模特兒正面直接照射到光線，再用反光板把光線反射到模特兒正面，或用閃燈直接對模特兒正面補光。

逆光攝影時，建議用反光板比較好，因為反射的光源跟現場光是一樣的顏色，拍起來比較自然，用閃燈補光容易造成現場光跟閃燈光線的顏色不同，如果控制得不好，反而容易顯得突兀。

順光拍攝常出現受光不均的問題

一般狀況下，新手在順光拍攝時容易有受光不均的問題，尤其是模特兒的臉，容易拍出明暗不均勻的臉部，例如右頁上方的兩張圖，左邊那張的模特兒左臉有照到太陽，右臉沒有，因此，在右臉曝光正常的情況下，左臉就過曝了。右邊那張則是模特兒正面照到陽光，但陽光又被雜物擋到，沒辦法均勻的照射到模特兒身上，模特兒身上因而出現不均勻的過量色塊，這都是不理想的情況，應儘量避免。

以下舉幾個逆光攝影的例子來解釋逆光攝影時的方法。

順光拍攝時，容易拍出左右臉受光不均的照片

由於光線不均勻，導致主體出現不均勻的色塊

標準的逆光攝影

右圖是很標準的逆光攝影，拍攝方法很簡單，即是讓光源位在模特兒後方頭頂，然後再把越過模特兒的光線用反光板反射到模特兒正面，補亮模特兒的正面。

利用反光板將主體身後的光線反射到正面

太陽將下山前是逆光攝影最好發揮的時機

太陽將下山前，也是逆光攝影很好發揮的時機，例如下圖的模特兒逆光在草皮上奔跑，筆者只需要將反光板放在地上，即可輕易地將光線打到模特兒身上。這種場合如果順著光拍攝，效果會很慘喔！

將反光板放在草地上，將光線打到模特兒身上

斜逆光的拍法

這兩張則是斜逆光的拍法，由模特兒頭髮被光線照亮的地方，我們可以看出光源分別由模特兒的左後方與右後方來，這時只要找到方位將光線反射回模特兒臉上，即可拍出漂亮的照片。

利用逆光場景讓背景過曝，使背景單純

本圖是利用逆光場景來讓背景過曝，使背景看起來單純一些。背景在正常曝光的情況下，會顯得很雜亂，因此，利用過曝的手法來簡化背景。並利用門檔掉直接射到模特兒身上的光，同時利用其他射到室內的散射光來照亮模特兒，模特兒本身的膚色就顯得很柔和粉嫩，但膝蓋的前緣部份因為直接照到太陽光，因此過曝了。

原本雜亂的背景，因為過曝的關係，看起來清爽許多

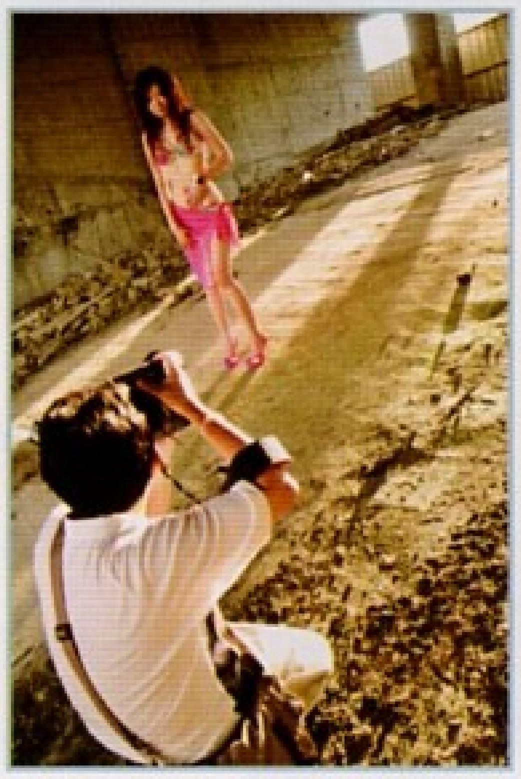
PART 3

單元五
進階逆光攝影法

善用現場的環境來控制光線

接下來要介紹的是比較進階的拍法，請注意下方左圖畫面右上方的兩個鐵皮圍籬處，筆者在這一系列的圖片中，即是利用這兩片鐵皮與鐵皮中央的柱子來控制陽光照射到模特兒身上的強弱，以決定拍攝的效果。

右圖是讓光線全部射進畫面中。請注意筆者是蹲著，模特兒是站著的。這種拍攝最困難，尤其是用自動對焦的相機，即便筆者手上拿的是 Nikon 的機皇 D3，在這種狀況下，也是很難對到焦，而且強烈的耀光也會隨之產生，但是拍攝出來的效果很特殊，筆者自己很喜歡。



調整模特兒的姿勢來配合現場的光線

這是一些簡單的拍攝方法，一樣的位置請模特兒蹲下，攝影師站著，這樣可以閃掉大多數強烈的太陽光，僅保留足夠的光線來營造模特兒的髮絲光，至於模特兒正面的補光，則交由廢墟中太陽的散射光來補，並沒有使用反光板補光。

利用焦段來決定光線進入畫面的強弱

這兩張則是請模特兒坐在地上，攝影師站著拍攝，這時候可以利用鏡頭的變焦功能來擷取畫面，利用變焦的範圍來決定光線照射進畫面的強弱。

一般新手逆光攝影時會遇到的問題有幾個，例如，因為模特兒正面沒補到光，導致快門速度不夠，容易因為手震而造成失敗的結果，這時可以拉高 ISO 來提高感光度讓快門速度變快，再來則是沒有適當的補光，這需要攝影者多練習在逆光環境下的補光能力，再來則是進光量控制失當，讓太多光線進入畫面中，導致畫面反差太大，這點也需要多練習補足。雖然可能遇到的困難不少，不過，這些努力絕對是值得的，等你拍出好作品時，相信你一定會認同筆者的說法！

模特兒坐在地上，攝影師站著拍攝

PART 3

單元六
微光下的攝影方式

善用 M 模式來控制曝光結果

微光攝影最迷人的地方在於光線的明暗變化與豐富的顏色層次，但微光攝影顧名思義即是在微弱的光線下攝影，最常遇到的問題是光線不足導致快門速度不夠，失敗率因而變高，又或是畫面的亮部與暗部差距太大，用 A 模式沒辦法曝出令人滿意的結果。

針對上面這兩種問題，筆者會建議用 M 模式解決！但是不管新手，或是拍了好一陣子的老手，常會對 M 模式會有一種莫名的恐懼感，但只要提起勇氣用它幾次，上手之後相信大家就會對 M 模式改觀。M 模式其實很簡單，尤其是現在是 DSLR 拍壞了可以馬上修改設定再拍，讓 M 模式不再充滿不確定性，只要願意，沒多久就會覺得相機傻瓜，你聰明！

以 M 模式拍攝時建議先用選定光圈大小，確定作品要呈現的景深後，以 A 模式拍一張，然後再根據曝光成果，改用 M 模式調整數值。以 A 模式拍攝得到的數值為基準，固定光圈，固定住我們要的景深，然後再調整快門，要相片亮一點就把快門調慢，要暗一點則把快門調快，M 模式的用法其實就是這麼簡單。

調高 ISO 值來獲得清晰的影像

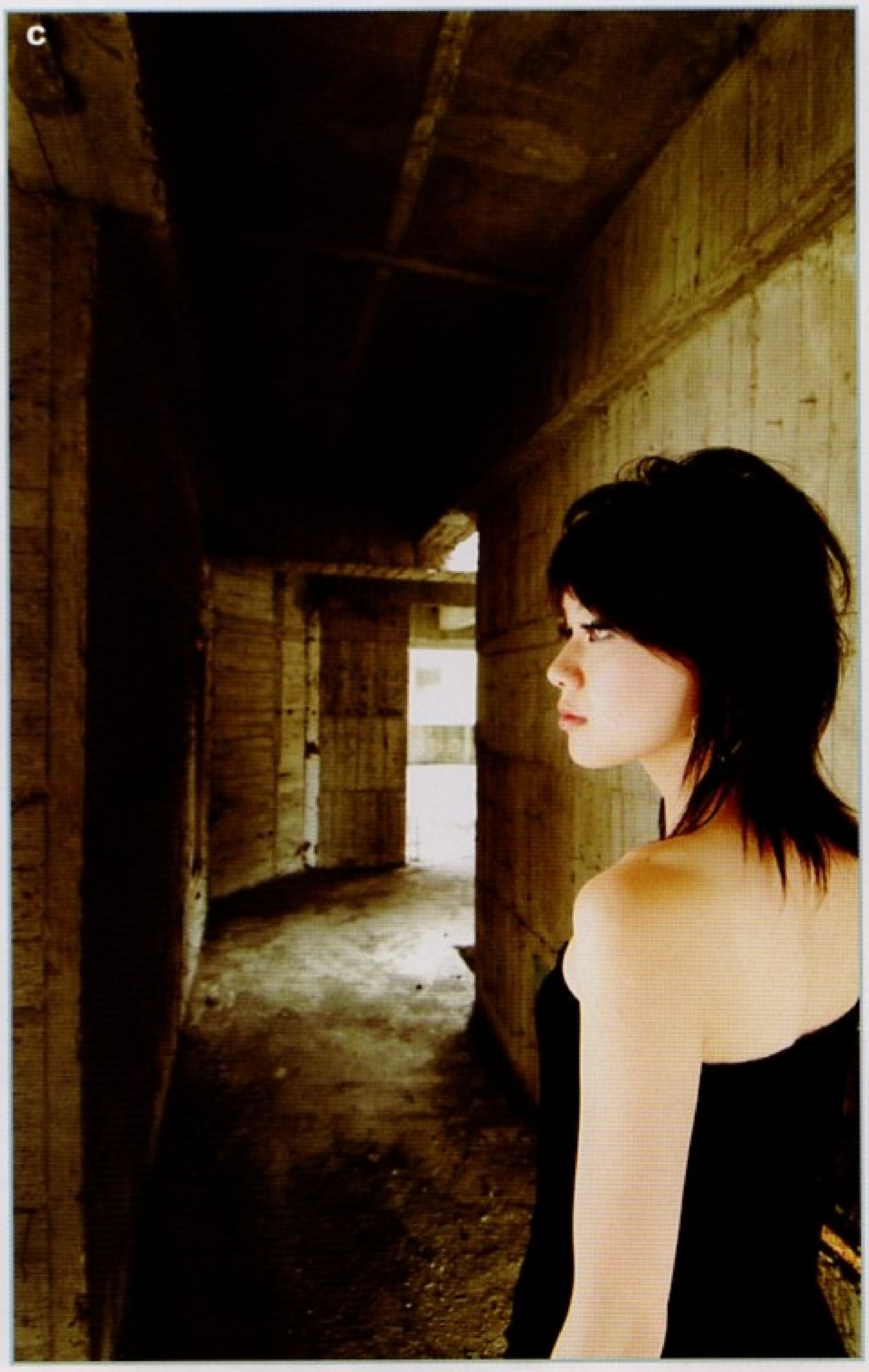
當然，微光攝影實戰時的拍攝，會遇到光線不夠的問題，雖然得到我們要的曝光結果，可是這時候快門已經慢到沒辦法得到清晰的影像，這時候就需要拉高 ISO 值，不要怕高 ISO 會讓畫面雜訊變高，只要曝光時間足夠，畫面中明亮部位的雜訊看起來其實都還可以接受，而且雜訊多一點的照片可以讓畫面看起來比較像底片一些，如果不喜歡雜訊太多，還可以用後製軟體去除雜訊，但筆者通常會選擇保留這些雜訊。

廢墟拍攝的方法大抵上就是這樣，以 M 模式拍攝，以 ISO 維持住安全的快門速度，剩下來的即是找尋合適的場景。

在光線漫射的環境下拍攝

微光攝影場景的尋找可以根據想拍攝的作品類型來尋找，想拍出漂亮的肌膚顏色，可以找室內場景，背景顏色以單純為主，利用光線的漫射製造柔和的照明效果，如圖 A、B 是在室內靠近窗戶的場景拍的，圖 C 則是在工地的走道中，靠走道前端，後端有光線照射進來，並經過數道牆面反射後，照射到模特兒身上，打出非常柔和明亮的效果。

A


C

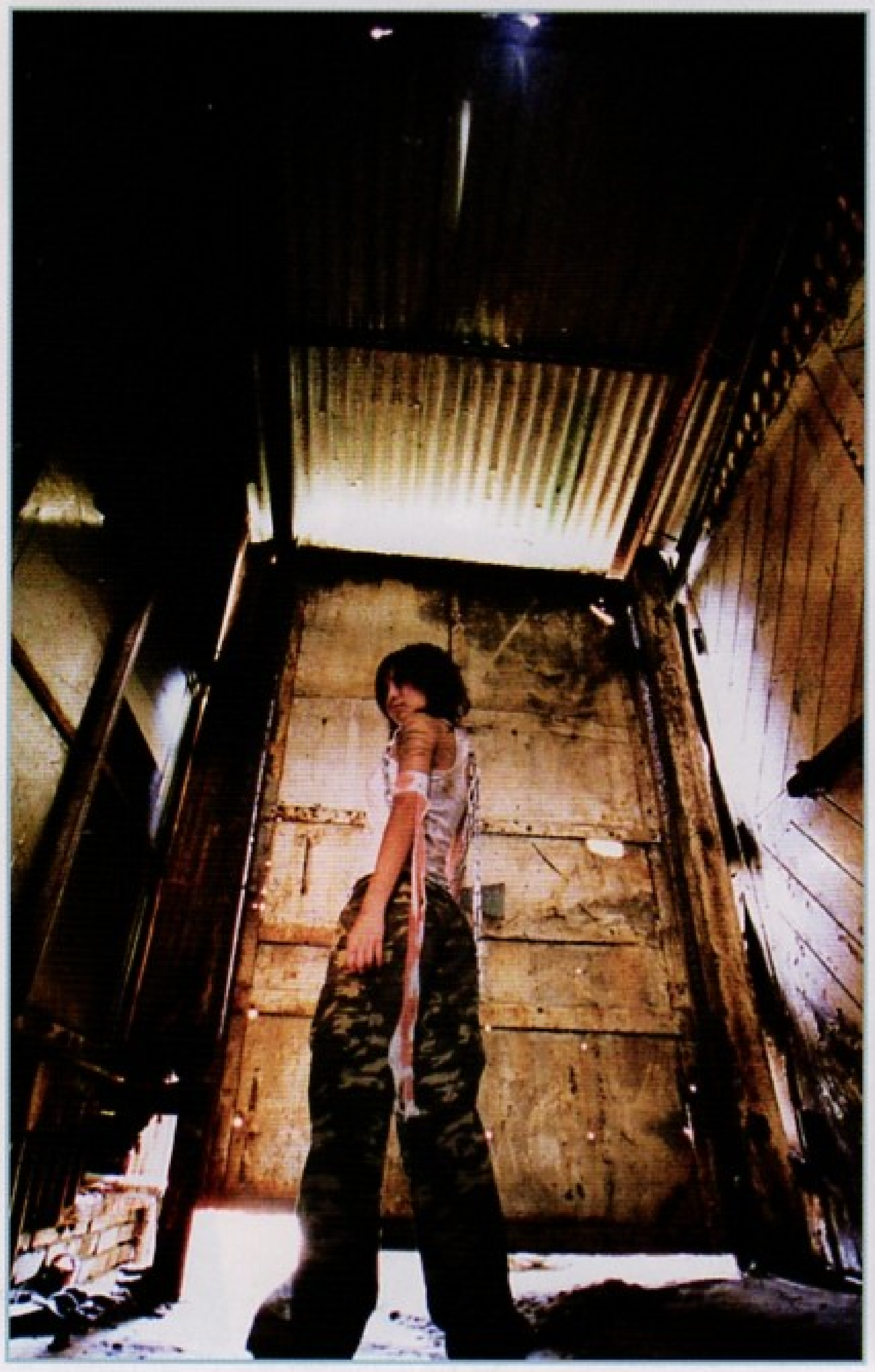
B

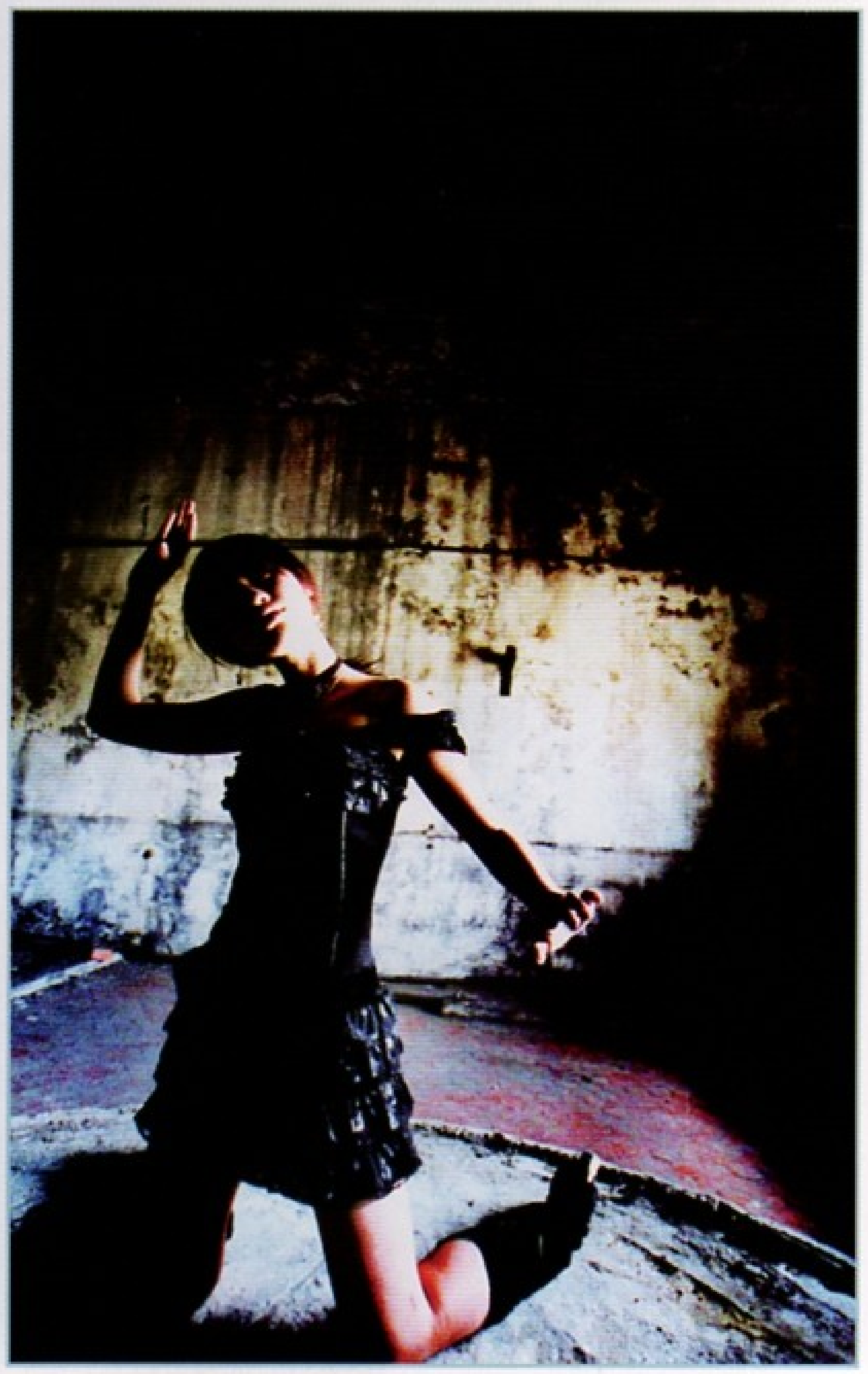
尋找色彩豐富的場景

右圖則是找顏色豐富的場景，偏藍色的玻璃，黃色的鐵欄杆，綠色的網子與地面經過光線的反射後拍出來的結果。

利用高 ISO 來拍攝

這是在幾乎沒有光線的場景中靠高 ISO 硬拍起來的，以營造氣氛為主，拍攝這類場景時，最好準備腳架或單腳架來提高成功率。





利用窗戶的光影的造景

這是比較容易找到的場景，利用窗戶來製造光影帶景搭配模特兒，在微光場景中算是比較簡單的。

營造神祕感

這幾張圖的統一特色是光線由模特兒上方照射下來，用來營造神秘感或強調輪廓時，可以尋找這類的場景。

以上舉了筆者常用的拍攝手法當範例，通常這類場景會出現在廢墟、廢棄的眷村、糖廠、建築工地中，著名的場景有三芝飛碟屋、台中酒場、月眉糖廠、貿易九村、竹東交流道下的灌漿中工地等。

這些範例照片都沒有用到閃燈拍攝，全部都是吃自然光。這是筆者的習慣，微光攝影之美就在於現場光線光影的變化，如果用了閃燈，就會破壞光線的均衡，把人打亮或把背景拍清楚了，反而失去了神秘感，在以拍氣氛為主的攝影方式中並不理想。

微光拍攝時，可以利用光線來營造戲劇化的效果。利用光線來強調某些部分的輪廓，效果會比把整張圖片的光線打得很均勻，更讓人有想像空間

PART 3

單元七
如何用閃燈補出自然的光線

一般攝影者會畏懼使用閃燈，其中一個很大的原因是沒辦法用閃燈把拍攝主體補得很自然。反而容易因為把光線補得很生硬，長久下來便失去了信心，從此只用自然光拍照，不再使用閃燈。其實只要掌握一點簡單的小技巧，任何人都可以使用外閃補光補得很好的，看起來就像是在自然光環境下拍攝的成果。

一般而言，用外閃補光補得太強的原因通常是閃燈打在主體的光太強，造成閃燈的發出光線跟現場光線沒辦法融合搭配在一起，便會顯得很突兀。這時候用跳燈或是更大的柔光罩，甚至離機閃搭配透射反射傘來解決這個問題，但這種方法雖然效果好，但並不方便。

我們有更簡單的作法，構想是把閃燈當成反光板反射出來的太陽光一樣，當用反光板反射太陽光來補光時，若補得太強，照片一樣會顯得很不自然，因此，用反光板補光時，需要調整反光板的角度與距離來控制補光的強度。用一樣的思考模式使用閃燈，只要把閃燈改成 M 模式，手動調整閃燈的光量，不斷的嘗試直到試出自然，能跟現場光線配合很好的數值為止，因為用的是數位相機，可以馬上得知結果，憑經驗大概試個 3 ～ 5 張即可得出令人滿意的數值。

比起把動腦筋的事情交給相機裡的電腦運算，事後再回家修圖，這個做法雖然一開始比較麻煩，但是在拍攝現場就拍出令人滿意的圖，絕對會比事後修圖更節省時間，效果更好！以下就以圖片範例來分享經驗。

閃燈出力 1/32

左圖是有用閃燈補光，右圖是純粹自然光下拍攝，可以看出閃燈在出力 1/32 時，光線依舊太強，把現場的氣氛破壞掉了，但右圖用閃燈補光的結果卻又不理想，現場也沒有攝影小幫手可以幫忙補光，這時候調降閃燈出力到 1/64。

F3.5 1/100s 閃燈 M 模式出力 1/32

F3.5 1/100s 閃燈不擊發

閃燈出力 1/64

左圖是調降閃燈出力之後的結果，右圖依舊是沒用閃燈補光拍攝的結果。從圖片可以比較出用 1/64 的出力時，閃燈發出的光線已經可以跟現場的自然光融合得很好，既不會破壞現場氣氛，又不會讓模特兒的臉黑成一片，是我們可以接受的設定值。

F3.5 1/100s 閃燈 M 模式出力 1/64

F3.5 1/100s 閃燈不擊發

閃燈出力 1/128

如果再一步調降閃燈出力到 1/128，從圖片可以得知一樣有補光的效果，但對現場光線的影響更小了，以筆者本身的標準來看，這個結果也是可以接受的，因為模特兒的臉一樣有補到光，在後製時同樣會有幫助。

最後再用一組範例讓大家比較參考。

F4 1/160s 閃燈 M 模式出力 1/128

F4 1/160s 閃燈不擊發

使用 iTTL 與手動設定各種出力的效果差異

右頁第一張是讓閃燈自動計算補光量，就模特兒的亮度來說，補得算是漂亮，但整張圖片看起來就是非常的「閃光燈」，換句話說，即是不自然。改成用 M 模式手動調整閃光出力，分別試了 1/16、1/32、1/64 三種出力，到 1/32 時即看不出來有用閃燈補光了，因此，這個場景可以選擇把閃燈出力設定在手動模式的 1/32 或 1/64 出力來拍攝。這樣既可以得到比光靠自然光拍攝更好的立體感與銳利度，也不會讓閃燈破壞現場光線的氣氛。

以筆者的經驗來說，建議可以從 1/32 到 1/64 的出力來試，很快就可以得出令人滿意的結果囉！

F4 1/125s 閃燈 i-TTL

F4 1/125s 閃燈 M 模式 1/16

F4 1/125s 閃燈 M 模式 1/32

F4 1/125s 閃燈 M 模式 1/64

PART 3

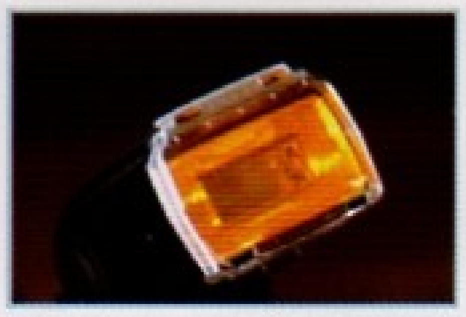
單元八

活用外閃彩色濾鏡創造獨特的色彩

一般使用外閃，除了可以用外閃的顏色壓過現場光來獲得比較正常的顏色，或是單純使用外閃補光外，也可以使用特殊的彩色濾鏡來產生特別的顏色，以製造特別的效果。

例如以下範例，左圖是使用正常的日光白平衡拍攝的，右圖則是改成白熾燈白平衡拍攝，左圖拍攝的顏色是正常的，右圖因為白平衡的緣故則偏冷色調，看起來不正常。

範例拍攝時搭配使用的閃光燈是 SB-900，這時候如右圖所示在燈頭加上濾鏡座，裡面安裝上橘色的彩色濾鏡 TN-A1 再度拍攝。


閃燈加上橘色濾鏡之後的拍攝結果

一樣是在白熾燈白平衡的設定下，卻可以得到截然不同的效果，背景與人物一樣偏冷色調，但人物的膚色看起來與未加彩色濾鏡前是完全不同的感覺，變得比較像是藝術照打燈的效果。

以日光白平衡拍攝的結果

以白熾燈白平衡拍攝的結果

如果您手中的外閃沒有附彩色濾鏡這種配備，可以自己DIY 在閃燈頭前面綁上各種顏色的玻璃紙，一樣會有效果。

這種手法常用於廢墟拍攝，比較傳統的藝術照拍攝，或是在黃昏時把白平衡調到鎢絲燈白平衡，讓背景變得很藍，再用暖色調的色彩濾鏡把人物主題的顏色補回正常色調，都會讓照片變得很特殊喔！

PART 3

單元九

離機閃燈的使用

離機閃燈算是閃燈使用上比較進階的用法，好處是可以從人物的側邊或背後補光，使用得當，拍出的效果可以比將外閃裝在相機機頂得到的結果更自然！如果搭配透射傘或反射傘使用，就算沒有牆壁可以打跳燈，一樣可以用透射傘或反射傘製造反射面，讓光線經過折射後變得柔和，拍出柔和自然的人像。

離機閃燈的設定方法請參閱相機的使用說明書，因為每個廠牌的設定方式都不一樣，本篇就不一一介紹設定方法。以 Nikon 系統而言，要使用離機閃功能可以透過離機閃燈線，用內閃觸發或用 SB-800/SU-800 觸發等三種方式。筆者建議各位使用內閃觸發即可，這個方法不用額外花錢，而且也不需要攜帶額外的器材。

使用離機閃時，建議使用 M 模式進行拍攝，如此方能把變數減到最低。用 M 模式時，先把背景曝光曝到希望的明暗度之後，接著調整閃燈出力來針對人物部份補光，詳細設定過程請參考「單元七：如何用閃燈補出自然的光線？」的說明。如果使用 A 模式，閃燈又用 TTL 讓電腦程式決定，會很容易拍出背景過暗，人物太亮的照片，這樣看起來會很像傻瓜相機拍的，就失去使用離機閃的意義了。一次要控制相機和閃燈的設定雖然比較麻煩，可是既然都有心使用離機閃了，那就辛苦點多費點心思，拍出來的照片絕對值得的！

在大太陽或光線很強的環境下使用需要注意離機閃燈光線感應器的位置，否則很容易因為感應不到而觸發失敗。如右圖，拍照時請把紅色圈圈框起來的光線感應器配置在靠近攝影者這邊，用紅外線感應或內閃觸發時容易接收到信號，觸發成功率會比較高。

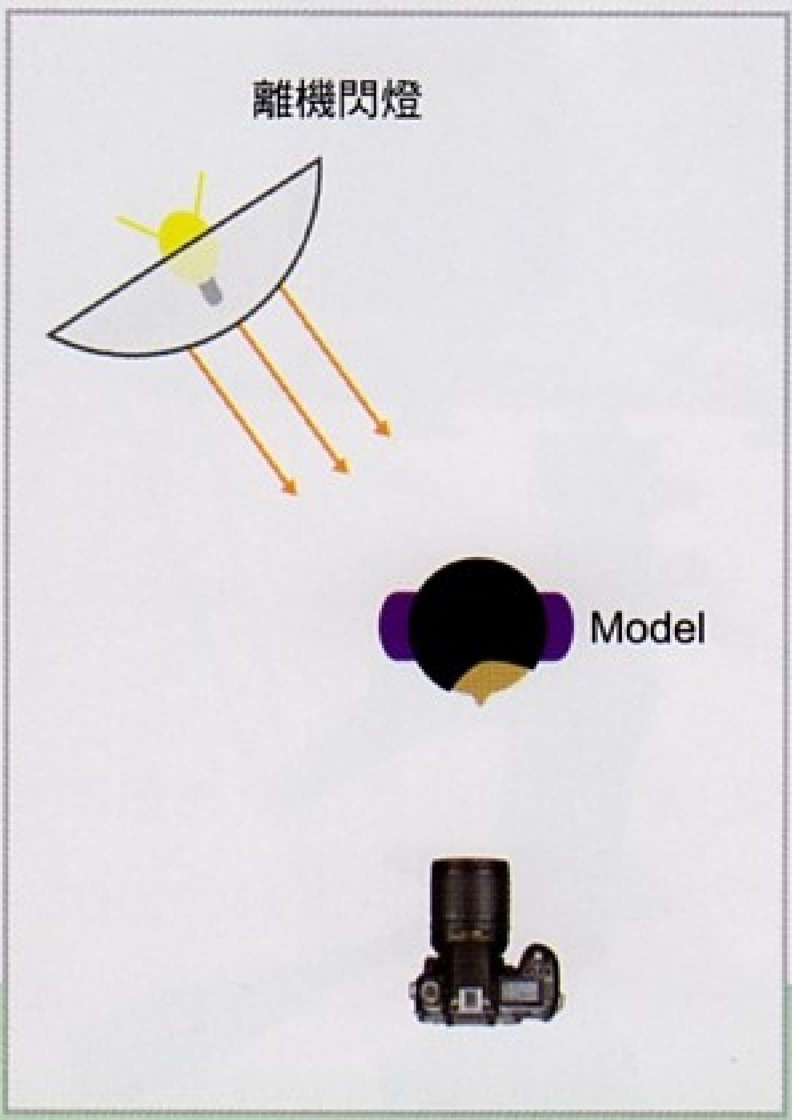
離機閃燈與透射傘的安裝

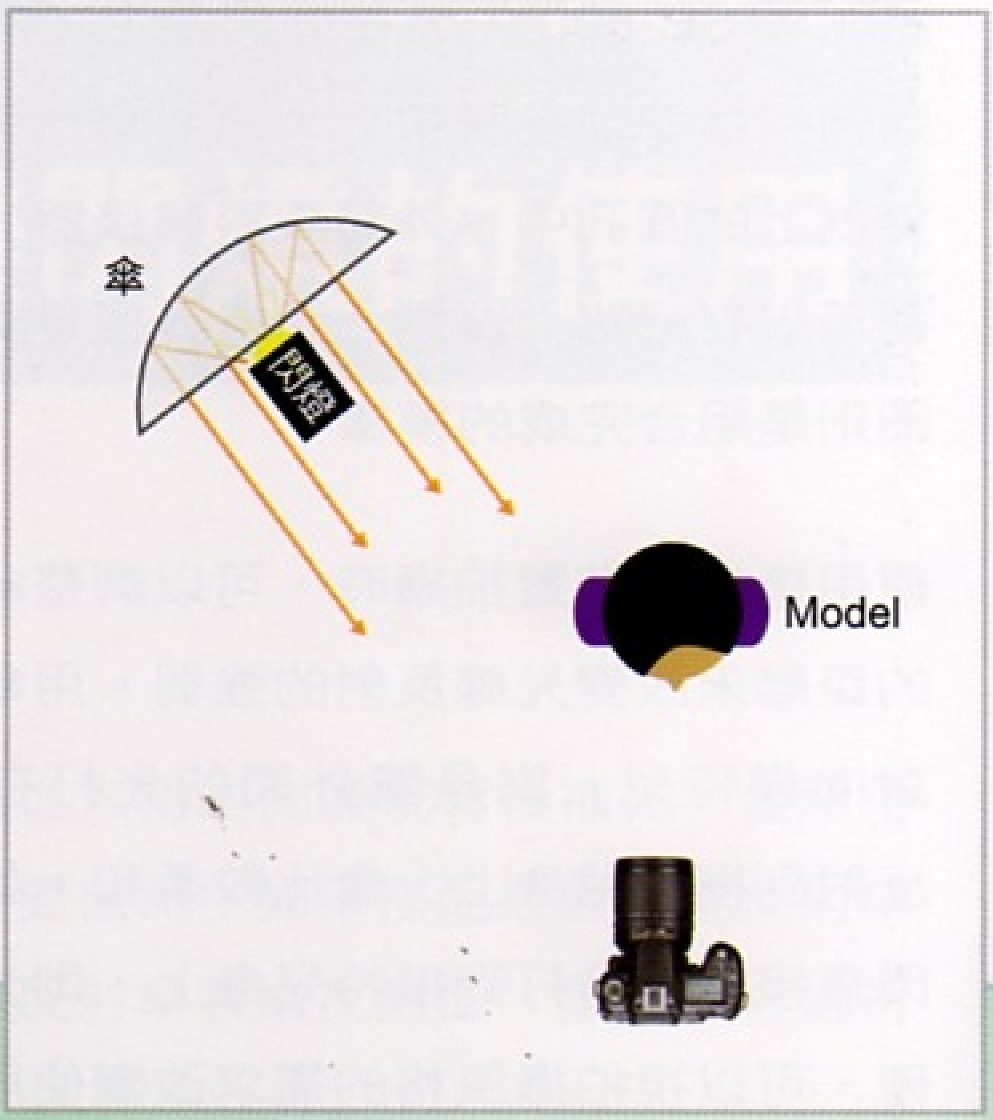
右圖是離機閃搭配透射傘使用的裝置圖示，將兩顆 SB-800 先裝在外閃架上，然後再透過轉接器鎖定在腳架上，透射傘一併鎖在轉接器上的圓孔中，外閃架跟轉接器、透射傘都可以在網路上買到，請自行搜尋購買。下圖則是組合完成的模樣。

使用這樣的裝置拍攝時，可以調整傘與外閃的距離來改變光線反射的強弱。用傘的背面對向模特兒，則是讓外閃的光打在傘上再反射到模特兒身上，會比較柔和。如果讓外閃直接透過傘打到模特兒身上，則光線會稍硬，可以視拍攝風格的需求改變使用透射或是反射。

一次使用兩顆閃燈，可以獲得更理想的亮度

左圖使用的是離機閃燈打的光直接穿過透射傘打到模特兒身上，右圖則是離機閃燈由傘反射回來打到模特兒身上，從模特兒的臉上可以很明顯的看出光線打出的柔和度完全不同。

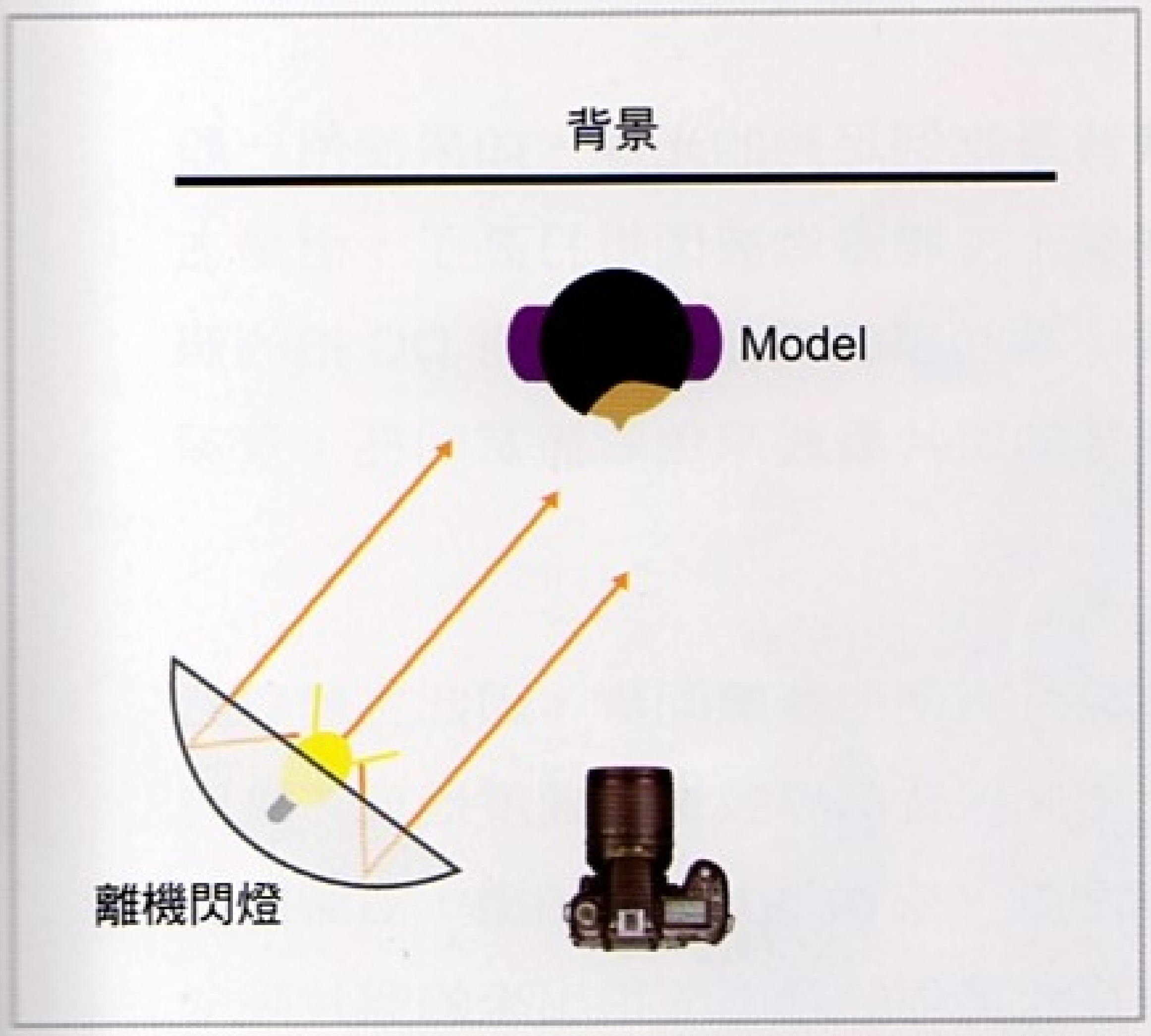




離閃打的光直接穿過透射傘打到模特兒身上的結果

離閃打的光由傘反射回來打到模特兒身上的結果

離機閃燈扮演的角色與反光板類似



你可以想像離機閃是一組可以自己發光的反光板，平常的反光板擺在哪，通常離機閃就擺在哪。筆者的習慣通常是擺在攝影者的斜後方，製造逆光光源時，則是擺在模特兒的斜後方，只要把握住閃燈不要直打的原則即可！

離機閃的好處在於可以使用多顆外閃一起參與補光的任務。例如底下這兩張拍攝時，現場正在下大雷雨，光線非常昏暗，但因為一次同時使用兩顆 SB-800 補光，因此，還是可以拍出令人滿意的亮度。

使用後簾同步讓背景獲得足夠的曝光

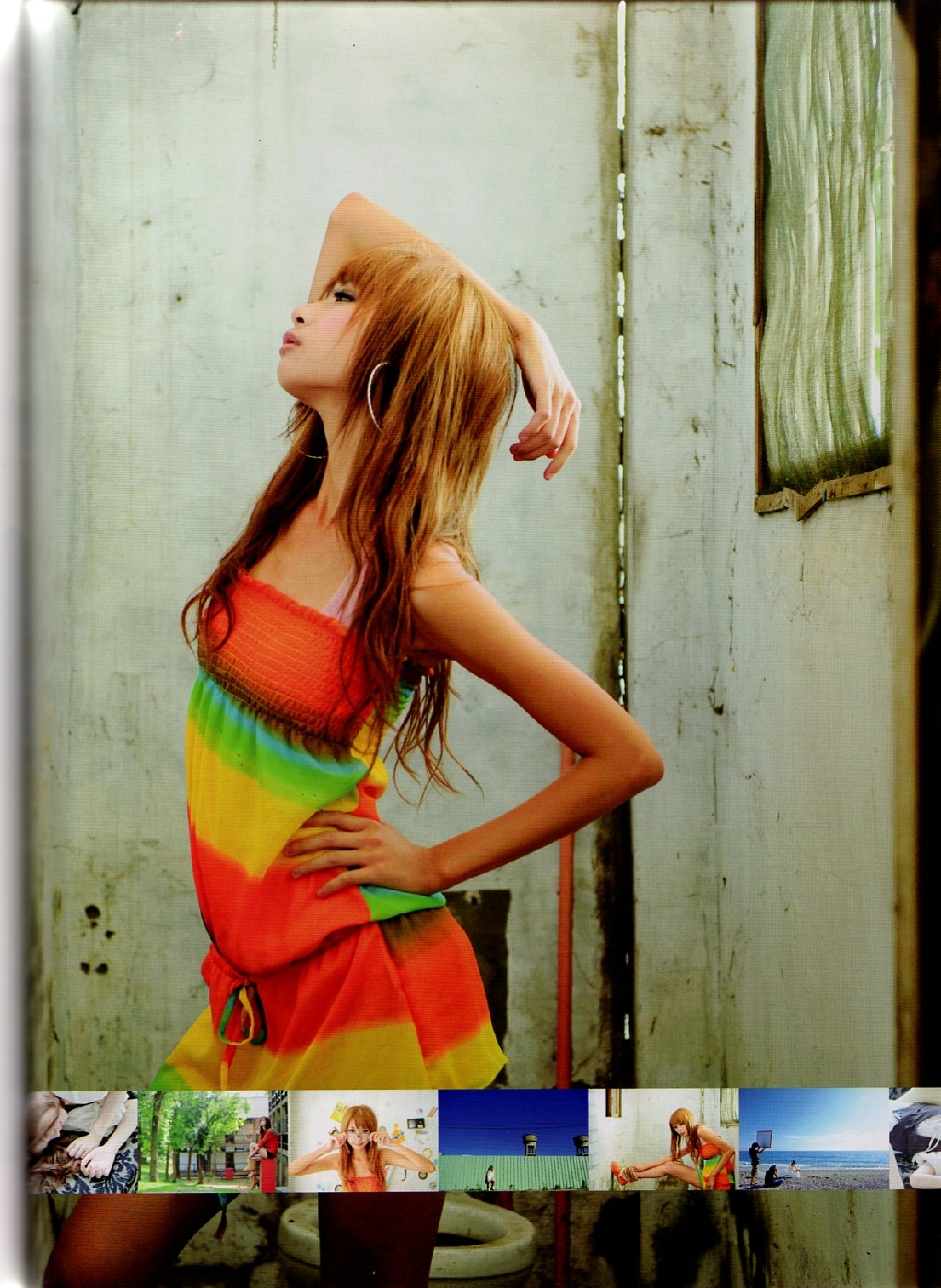
筆者使用閃燈時習慣設定在後簾同步，這是為了要讓背景吃到足夠的光線。如果使用一般預設的前簾同步，閃燈在按下快門那一刻時就會被觸發，主體雖然被閃燈打亮了，但是主體背後的背景往往沒辦法吃到足夠的光線而顯得偏暗，看起來就很像一般隨身 DC 拍的照片。後簾同步會讓閃燈在曝光結束前一刻才觸發，這樣的照片看起來色彩豐富明亮，景深跟影像細節的表現也會更好。

這兩組一樣是在下大雷雨時拍的照片，左圖的背景因為沒有使用後簾同步，因此主體雖然夠亮，但背景卻顯得有些昏暗。用後簾同步又因為現場光線昏暗導致快門速度過低，這時候可以選擇提高 ISO 值，或者是開大光圈來提升快門速度，或者是上腳架拍攝，右圖即是改設定後拍攝的成果，這樣看起來是不是一點都不像在大雷雨的環境下拍出來的照片呢？這就是後簾同步好用的地方！

離機閃的出力當然是比不上專門的外拍燈組或棚燈，但它的方便性與攜帶性卻是前者無法取代的，在沒有助手幫忙拿燈的情況下，或是男女朋友出遊時，建議你可以試試看這種拍法，相信可以拍出品質更好的照片喔！

沒有採用後簾同步，主體雖然獲得足夠的曝光，但是背景顯得太過昏暗。

閃燈採用後簾同步，增加背景的曝光，讓整張照片看起來明亮許多。



Part 4 錦上添花，利用後製為你的作品加分

本單元著重於相片後期製作上的心得分享。網路上面以訛傳訛的結果，讓一堆資深的新手誤導新進的新手以為後製就是罪，殊不知適當的後製可以替作品加分潤飾，也可以彌補攝影器材上的不足。 除此之外，據筆者長期在網路上面觀察的結果，不少網友往往是依據相機機身顏色的調教來選擇相機的，因此有換了相機就不會拍照、越來越依賴相機的問題產生。其實只要掌握了一些後製軟體調校上的小技巧，即可調整出自己喜歡的顏色，沒有必要本末倒置。本篇藉由介紹藍天、綠地、膚色與基本人像的調整方法來讓大家熟悉調整顏色的方法，並期望能一法通，萬法通，讓讀者以後再也不必為了顏色而困擾！

PART 4

單元一
藍天綠地的調整訣竅

藍天與綠地經常是照片中的重要元素，外拍時遇到草地或樹林場景的機率很高，天氣好時，更是人人都想拍出藍色的天，但偏偏在拍人像時，因為優先考量人像的呈現，往往會拉低對比，降低飽和，對藍天與草地的顏色會有不利的影響，這篇即是分享如何把藍天與綠地的顏色修正甚至加強的經驗。

調出重口味的藍天

右圖是原始圖檔，藍天是淡淡的風格，這樣雖然已經可以了，但好天氣的藍天就是要更藍，我們使用 Lightroom2 來做修改。

進入 Lightroom 2 的 Develop 選單後，選擇到 HSL/Color/Grayscale 面板，選擇 Color 裡面的藍色，首先調整色相。HUE 滑桿往右拉會偏藍色，與原始圖比較起來，這張圖的天空變得比較紫。

如果把 HUE 滑桿往左拉，則偏綠色，下圖即是 HUE 調成 -20 的結果。除非是要呈現 LOMO 風，否則一般來說 HUE 選項都是往右調整。

我們將 HUE 訂在 +15，接著調整 Saturation（飽和度）到 +40，右圖即是調整後的結果。

接著將 Luminance（明度）調整到 -25 即可得到右圖的結果。

正常來說，只要天空有帶點藍色，就可以利用這個功能面板把天空調得很藍；但如果調整太多，將導致畫質的低落，這在 1：1 看圖時很明顯，但縮圖後看不出來，該如何取捨需要使用者自行斟酌。

調整藍天時，調整的順序建議為先調整飽和度，接著調整明度，最後再調整色相會比較容易做出令人滿意的顏色。

調出翠綠的背景

相對於藍天需要比較多的經驗才有辦法調整出令人舒服的色調，綠色的調整就簡單多了。以下方左圖為例，HUE 滑桿往右調整，整體畫面的綠色調都會變得更綠，往左調則會變黃，本例當然是往右拉到 +15，接著把飽和度調整到 +10，即可得到下方右圖的結果，綠樹與綠地都變得更綠了，不再像原始圖檔是偏黃的綠色，這樣比較接近底片的色調。

一般新手會犯的毛病通常在於把顏色調整得太鮮豔，剛調整完時看到藍天超藍，綠地超綠會覺得很有成就感，但口味太重的顏色並不耐看，看久了眼睛反而不舒服，後製的輕重該如何拿捏需要經驗的累積，如果沒把握，寧願少調一點，也不要因為調整過頭而弄巧成拙喔！

PART 4

單元二

Lightroom 2 的人像基礎調整

多數人不喜歡使用 Lightroom（以下簡稱 LR）來調整相片，最大的原因是 LR 在匯入圖片後呈現的顏色跟原廠的 RAW 檔處理軟體有一段差距，通常會比原廠軟體解出來的顏色醜，但這點在 LR2 有了解決方法，本篇即以這方法為基礎，與各位分享使用 LR2 調整 RAW 檔的心得。

左圖是機身直接出圖的 JPG 圖檔，用 Nikon 的原廠軟體，如 Capture NX2 或 ViewNX 解出來的顏色也會是這樣，右圖則是剛讀進 LR2 時，LR2 所呈現的顏色，看到這裡各位是不是倒吸一口涼氣，怎麼會差這麼多呢？沒關係，我們很快就可以使用 LR2 調整出更漂亮的顏色了！

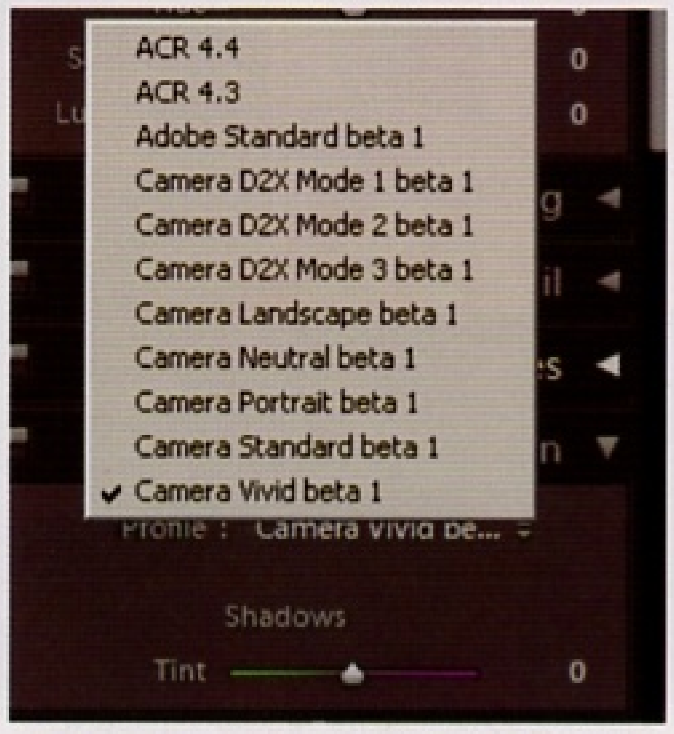
機身直出的 JPEG 檔

LR2 讀進的 RAW 檔未經調整的樣子

使用 Camera Calibration 來模擬相機的機身設定

首先開啟 LR2，將畫面右上角的面板切換到 Develop，然後捲動畫面右邊的拉桿，直到看到 Camera Calibration 面板。

接下來是很重要的一個步驟，這是 LR2 才有的功能，在 Camera Calibration 面板裡面的 Profile 可以選擇各種設定檔來模擬各廠牌相機的起始設定，因為筆者使用的是 Nikon 的相機，選擇 Profile 後，會出現各種設定值可供選擇。由於筆者拍照的設定是使用鮮豔模式下去修改的（設定值可以參考「拍出漂亮肌膚的訣竅」一章），因此，在此選擇 Camera Vivid Beta 1，相片是不是變漂亮一些了呢？



LR2 提供了各種機身設定檔的模擬參數

選擇 Profile 設定後，色彩變得比較鮮豔

利用 Recovery 功能改善過曝的部分

設定好 Profile 檔後，開始逐步調整，首先注意到模特兒的白衣服在右肩有過曝的情形，因此把 Recovery 設定到 +30，得到下圖的結果，將白衣服的過曝改善到可以接受的程度，但背景的顏色卻跑掉了，不過這沒關係，稍後會再調整回來。在這步驟處理過曝的地方是最重要的，Recovery 功能除了白衣服過曝外，在處理天空、地面、模特兒皮膚等過曝問題上都可以發揮一定程度的效果，是很好用的功能。

Recovery 功能可以改善照片的過曝問題

改善過曝後的結果

利用 Fill Light 拉出畫面的細節

接著調整 Fill Light 到 +25 來讓畫面的亮部變亮，拉出畫面更多的細節。這個功能在人像照與風景照上都很好用，尤其是在風景照遇到反差大的情況時，調高數值可以讓畫面中的暗部細節呈現出來，不需用到 HDR 的拍法，就可以得到不錯的效果。

Fill Light 可用來調整照片的亮度

整體亮度調整前後對照的結果

調整 Blacks 來加強暗部的表現

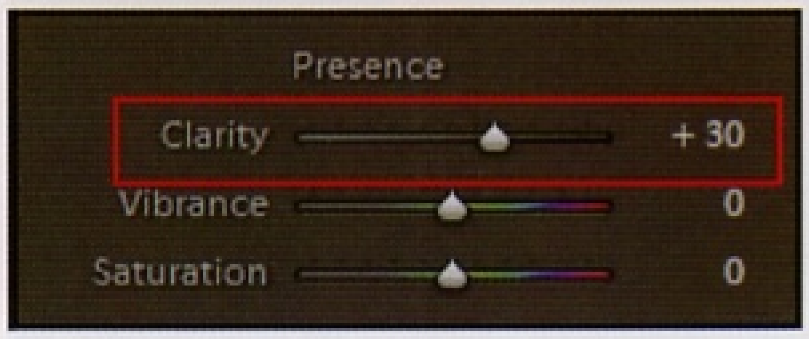
接著調整 Blacks 到 +25 以加強畫面的暗部表現，可以得到下圖的結果。數值調得越高，畫面的反差就越大，如果相片走的是豔麗奇幻路線，不妨考慮增加 Blacks 的數值。

Blacks 可用來調整畫面的暗部表現

調整暗部後的結果

利用 Clarity 調整畫面的清晰度

Clarity 調整的是畫面的清晰度，本範例設到 +30，調整前後比較圖如下所示，一般對焦清楚銳利的相片並不需要設太高，+10 左右就足夠了。除非是要印刷出圖，才需要設定到 +30 這麼高。



Clarity 調整的是畫面的清晰度

調整前後的對照圖

利用 Vibrance 跟 Saturation 調整飽和度

接著調整畫面的顏色飽和度。Vibrance 跟 Saturation 的差別在於 Vibrance 使用的是非線性的方法，即增加 Vibrance 數值時，相片中飽和度較低的顏色會比飽和度高的顏色得到更多飽和度程度上的提升。Saturation 則是一視同仁的調整，本範例是各 +20 得到下圖的結果。

在 HSL/Color/Grayscale 面板中調整膚色

接下來，在 HSL/Color/Grayscale 面板調整橘色的飽和度與明度，來讓膚色更明亮得到下圖的結果，降低飽和度到 -15 會讓皮膚比原來白皙，提升明度到 +15 則會讓皮膚比原來明亮。

調整橘色來改變膚色的呈現效果

調整橘色後的結果

在 HSL/Color/Grayscale 面板中校正色偏

記得前面因為調整 Recovery 改善過曝現象，而造成背景顏色走樣嗎？這個問題一樣可以使用 HSL/Color/Grayscale 面板來修正，本例即是調整藍色，調整完後，牆面的藍色是不是比較接近原來的顏色了？至於畫面中的其他顏色也可以自行依樣畫葫蘆修正。

微調藍色來還原牆面的色彩

調整藍色後的結果

利用 Adjustment Brush 來作局部區域的微調

接著進入 LR2 新增的功能之一：Adjustment Brush（調整筆刷）調整筆刷的圖示像是一個橫放的水銀溫度計，按下去後可進入調整筆刷的功能面板。進入此功能面板的目的，在於利用調整筆刷來單獨調整模特兒臉部的亮度，把調整筆刷的 Exposure 設定成 +0.6，然後用筆刷單獨刷模特兒臉部，即可把模特兒的臉部皮膚變亮。除了調整曝光外，還可以調整明亮度、對比度、飽和度、清晰度、鋭利度，也可以調整筆刷的顏色，如果刷壞了，可以選擇 Brush 中的 Erase 選項塗掉改錯的地方，不用重來喔！

調整筆刷面板可以設定筆刷的曝光值、明亮、對比、飽和度、清晰度、銳利度

進入筆刷設定面板，將筆刷的 Exposure 設成 +0.6

將模特兒的臉部刷亮

調整完成後，比較一下機身直出 JPG 原圖、LR2 讀取後的初始成相，調整過後的結果如下頁圖，是不是很輕易的就調整出比機身直出 JPG 更優的效果了呢？如果能夠熟練的使用 LR2，調整一張這樣的圖並不需要一分鐘，調整後的設定還可以整批套用到其他相片上，等於是調整一張就好，其他圖片可以用同一個調整設定，非常快速方便，效果又很好，功能之強大，除了 Nikon 的 Capture NX2 外，幾乎沒有能夠匹敵的對手了！

機身直出圖

剛讀入 LR2 的 RAW 檔

經過 LR2 調整後的成果圖

PART 4

單元三
人像膚色的調整

拍攝人像時，皮膚色彩的呈現是圖片賞心悅目與否的一個重要指標，美麗的膚色一向是寫真人像攝影師追求的目標，甚至有人為了某些相機能拍出比較漂亮的皮膚顏色，而獨鍾於某些型號的相機，這其中當然有其道理存在，不過如果您稍微用點心，不管用什麼相機拍攝，都可以在後製時得到一定程度的修正，本單元將以兩個範例做說明。

讓膚色白皙紅潤的秘訣

以下舉兩個範例來說明，左邊是拍攝的原圖，右邊是調整過的結果，用 LR2 調整前後的數據資料如下：

以一般的標準來說，其實左邊那樣算是可以接受了，但筆者標準比較高，認為再紅潤一些會更有利於後製，所以再作些微調，調整膚色的重點通常在於色溫與色相。以這個範例來說，色溫（Temp）由 4550 調整到 4481 後會比原來的相片偏藍一些，色相（Tint）則由 -4 調整到 +5，顏色會偏向紫色，通常這兩個數據的調整即可決定一張人像照肌膚的顏色。若要讓膚色白皙紅潤，需要將色溫調低，色相往正的方向調整，但調整的程度需要自己拿捏。

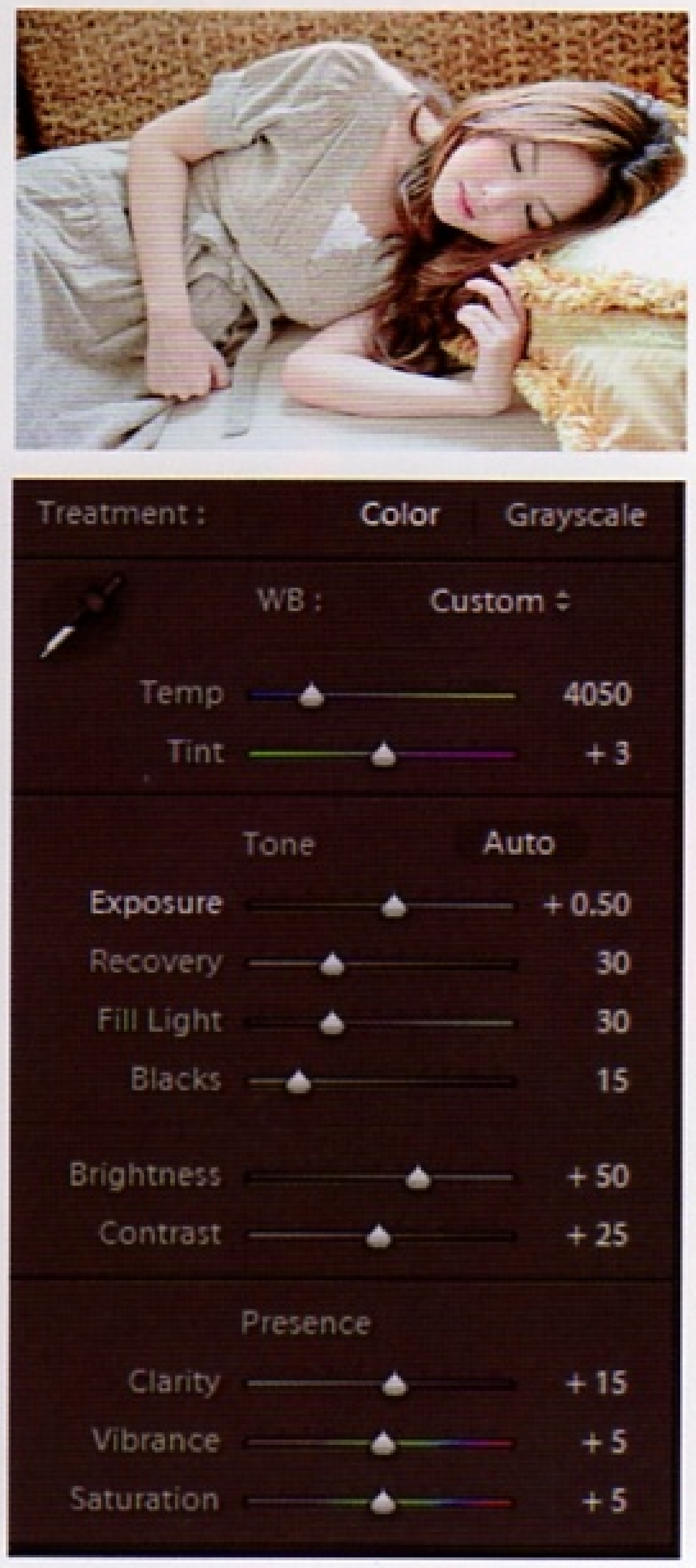
決定完色調後，接著再針對圖片細節作微調：

- **Exposure**：由 0 調整到 +0.83 將畫面調亮。
- **Recovery**：由 0 調整到 +30，一般來說，這個選項是用來補救畫面過曝用的，但用在人像上，隨著數值的拉高，會讓皮膚看起來具透明感，但不能調太高，調太高畫面反差會變很小，並不討喜，筆者建議在 0 ～ 40 之間調整即可。
- **Fill Light**：由 0 調整到 +40，將畫面暗部打亮，差異可以看圖例中模特兒的頭髮，看得到的細節比調整前更多。
- **Blacks**：由 0 調整到 +15，能加強 Photoshop 三圖層修片法的效果，可以視情況使用。

解決膚色偏冷調問題的訣竅

以下這個範例最主要的問題在於膚色偏冷調，筆者常在網路上看到這樣的圖片，尤其是陰天拍攝的照片更是常常會出現這樣的問題。也在此提出解決的辦法。

這張圖片最主要的調整即是把色溫（Temp）由 3550 調高到 4050，讓顏色偏暖色調一些，色相（Tint）由 -10 調高到 +3，讓顏色由偏綠變成略偏紫，這樣大致上就可以把顏色調整回來了，以下的微調用意在前一個範例已經解釋過，所以不再贅述了。



範例一經過 PS 三圖層修片法修過後的結果

PART 4

單元四
如何修出日系的淡雅人像

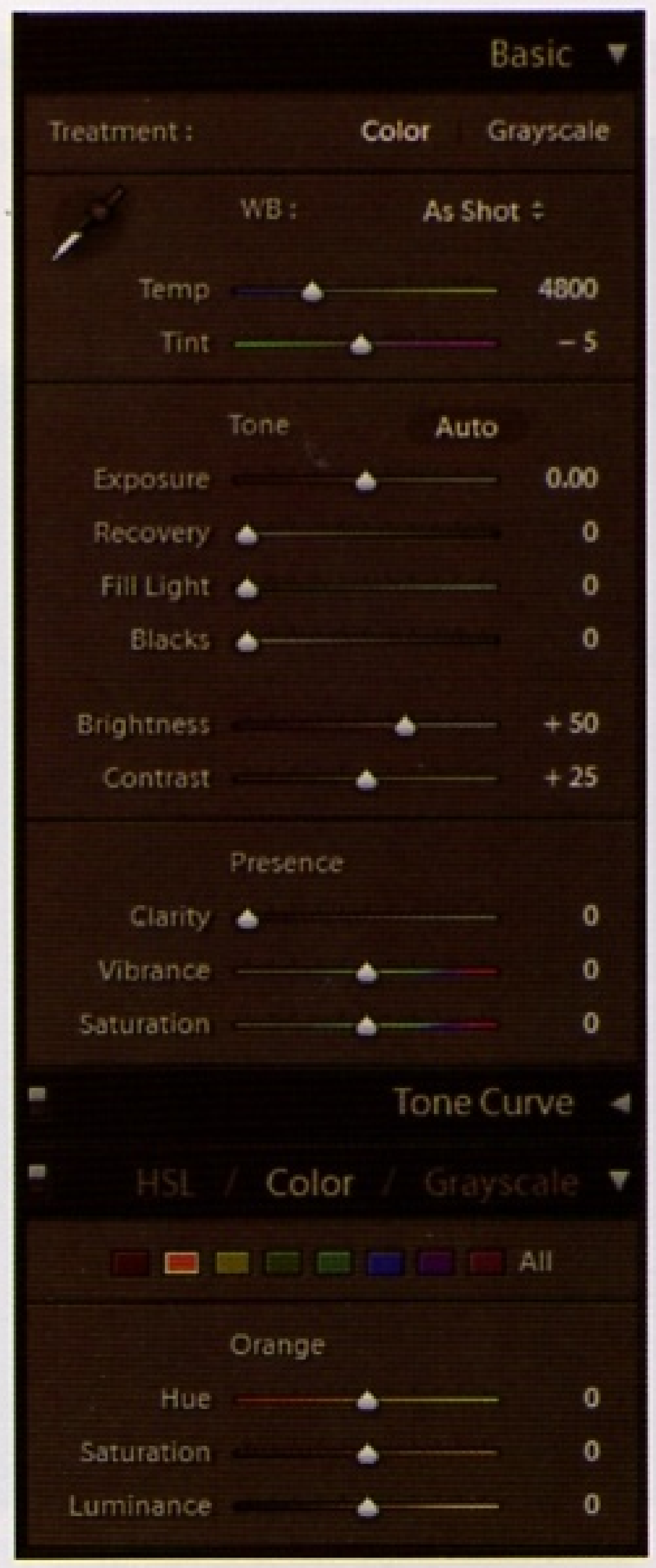
所謂的日系人像攝影其實有很多類型，定義因人而異，近期在台灣很流行所謂的日系風格，在此我們介紹其中一種藉由修改 RAW 檔來獲得近似感覺的方法。

左圖是拍攝後的結果，右圖則是使用 Adobe Lightroom 調整後的結果。修改的大方向在降低對比與飽和度，調亮膚色。修改之後的圖片雖然顏色變淡，反差變小，但也因此變得更耐看。

基本參數的說明與修改

左邊是修改前的參數，右邊是修改後的參數，以下說明調整各參數的用意。

- Recovery：這個功能是亮部的復原控制。調高數值可以讓高光過曝的地方減少，但相對的對比會降低，此範例我們調成 25。
- Fill Light：顧名思義是用來打亮陰影區域的，此例調成 45，把畫面暗部的細節打亮。
- Blacks：控制陰影剪裁，調高數值可讓暗部變暗，若把數值調高，頭髮會變得更黑。
- Contrast：畫面的對比度設定，日系人像的對比通常偏低，在此把對比改成 0。
- Clarity：清晰功能，調整這個數值可以改善畫面的反差。
- Vibrance：非線性的飽和度調整，意思就是在一張圖片中調整此數值，會讓飽和度較低的相素，比飽和度高的相素得到更多飽和度的提昇。
- Saturation：提昇畫面的整體飽和度，目的是降低飽和度，因此數值調 -20。



HSL/Color/Grayscale 面版設定

再來是 HSL/Color/Grayscale 面版上的設定。在 Color 面版上選擇橘色針對皮膚顏色調整，目的是調降皮膚的飽和度，提昇皮膚的亮度。

- Saturation：降低數值可以降低橘色的飽和度。
- Luminance：可以打亮被選取的色彩範圍，以這個範例而言，拉高這個數值讓皮膚變亮。

藉由以上的數值調整，就可以獲得一幅日系風的淡雅人像照片。

挽救過曝的照片

這種調整方法因為是以降低畫面的對比與飽和度為主，我們也可以舉一反三，將其應用在挽救曝光過曝的照片上面。

以下圖為例，模特兒的臉部、手部都過曝了，這時候先降低 1EV 的曝光補償，剩下的即可比照上面的範例處理，調整參數如圖所示。如果搭配後面介紹的三圖層修片法一同使用，效果會更好更自然。

原本存在過曝問題的照片，調整後成為一幅發色淡雅的人像照

PART 4

單元五

模特兒的皮膚不好怎麼辦

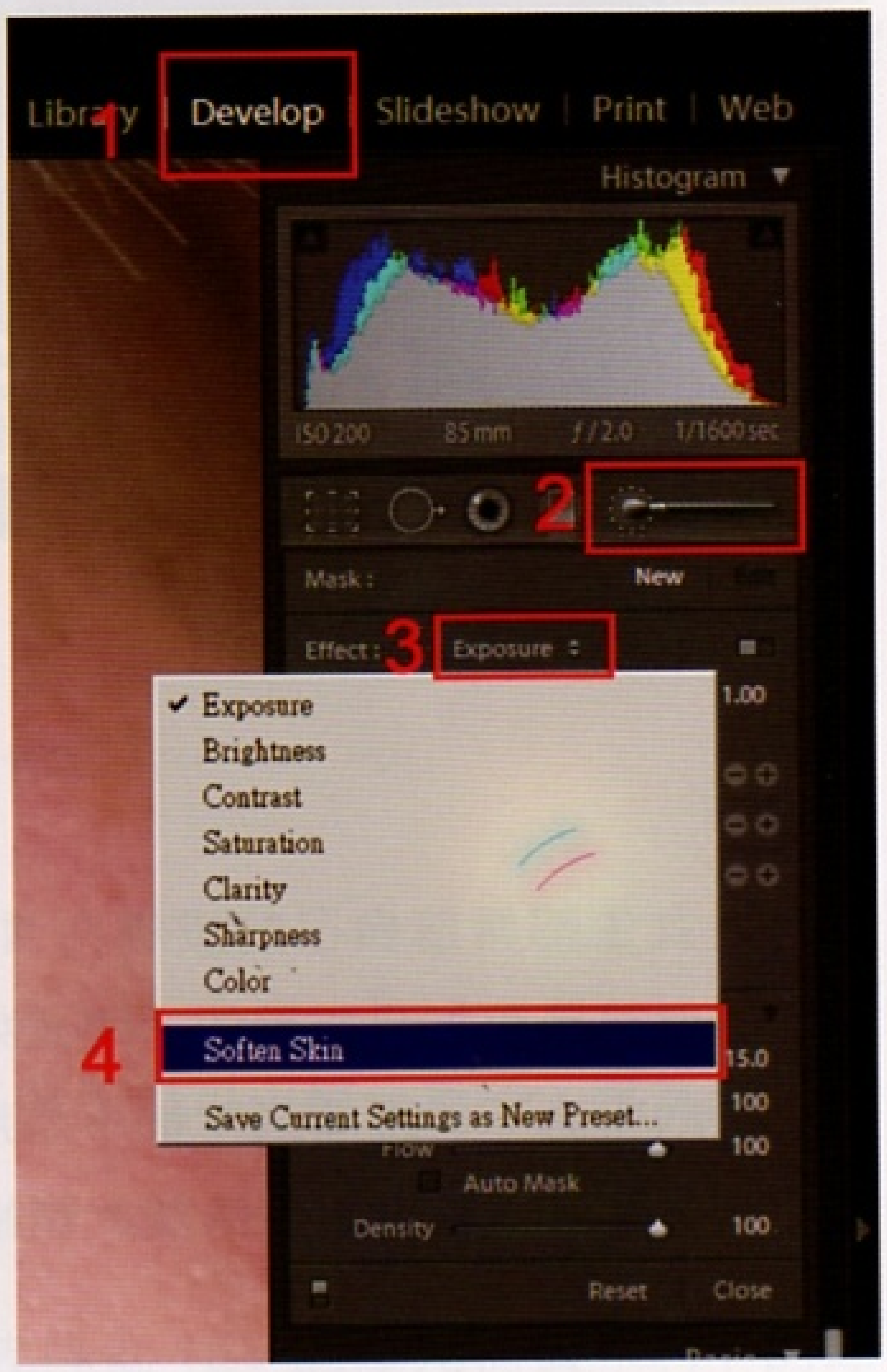
只要是女生都希望自己的皮膚白皙漂亮，因此攝影師如果能把模特兒的皮膚拍得水嫩透白，對自己是有加分作用的。可是好皮膚不是每個人都有，尤其是現代人習慣了夜生活，不正常的作息下，皮膚通常都不是那麼好，雖然可以靠化妝、打光做補強，萬一效果還不夠好時，還可以在事後用修圖軟體修正。

利用 Soft Skin 功能迅速讓肌膚呈現柔嫩的效果

本篇介紹的是用 Adobe Photoshop Lightroom 2（以下簡稱 LR2）的「Adjustment Brush」（調整筆刷）中的「Soften Skin」功能，這個功能可以快速修整皮膚，達到柔嫩的效果。

開啟 LR2 後，可以看到範例圖檔的模特兒皮膚因為光打得比較強，所以皮膚細節拍得很清楚，雖然可以很自豪的説，這是相機跟鏡頭表現得好才能有這麼鋭利的成果，可是如果要交給模特兒看，修飾一下或許會更好。

進入程式後，按下圖所示，依序選擇 Develop（圖片標示 1），進入 Develop 介面後，可以選擇 Adjustment Brush（圖片標示 2），繼續選擇圖片標示 3 即可看到「Soften Skin」選項（圖片標示 4），滑鼠點擊後即可進入 LR2 的 Soften Skin 功能。



進入後，Amount 是設定筆刷的強度，Size 是設定筆刷的大小，本範例為了可以清楚顯示出使用前後的效果，因此把數值調整到最大。

設定完後，用滑鼠當成筆刷在模特兒的皮膚上開始塗，如圖所示，可以很清楚地看出塗抹前跟塗抹後的效果。

整個塗完後，可以看出模特兒的皮膚明顯變好了！熟練的話，整個過程不到 30 秒就可以完成，更重要的是依舊保有細節，看起來不會有塑膠娃娃般的假人感覺，效果非常好。

眼睛跟頭髮仍要維持銳利感

但是有幾點事項需要注意，塗抹時，請避開眼睛跟頭髮這兩個需要表現出銳利感的地方。正常情況下，Soften Skin 的數值（Amount）請不要設太高，請以表現自然為原則，這個範例是為了讓讀者看清楚效果，才將數值設高，一般使用請自行斟酌。

PART 4

單元六 利用暗角讓視覺效果集中

Lightroom 有一個叫 Lens Corrections 的功能，這個功能的本意是用在移除廣角攝影時，出現在畫面周邊的邊角失光（以下簡稱「暗角」)。這種情形在拍攝大範圍天空，或是整面單色的牆面時特別容易出現，因為畫面邊角失光，使得畫面周邊角落的顏色比畫面中間還暗。

利用暗角來凸顯主題

在此，我們反其道而行，利用這個功能來製造畫面的暗角，以凸顯畫面中央的主題。

調整 Amount 滑桿，正的數值可以讓畫面邊角變亮，負的數值可以讓畫面邊角變暗。Midpoint 的作用則是在於移動中心向邊緣暗角調整的中心點，調到 0 時，畫面暗角效果會最明顯。

以右圖為例，這是沒有增加暗角的原始圖檔，拍攝時已經把模特兒安排在地面與牆上線條的交會處，用意是在利用線條引導觀眾的視覺到模特兒身上，不過，延伸的線條也有可能把視線引導到畫面之外，因此我們利用增加暗角來改善這個情形。

左圖是把 Amount 調到 -100 時畫面呈現的樣子，周邊很明顯增加了暗角，周邊變暗之後，視覺會很自然地停留在模特兒身上，不會再移到畫面之外。

當然，如果把 Amount 的數值調到 +100，如右圖所示則畫面四周會變亮，這算是另一種手法，如何應用就看個人喜好囉！

反向將四周調亮的效果

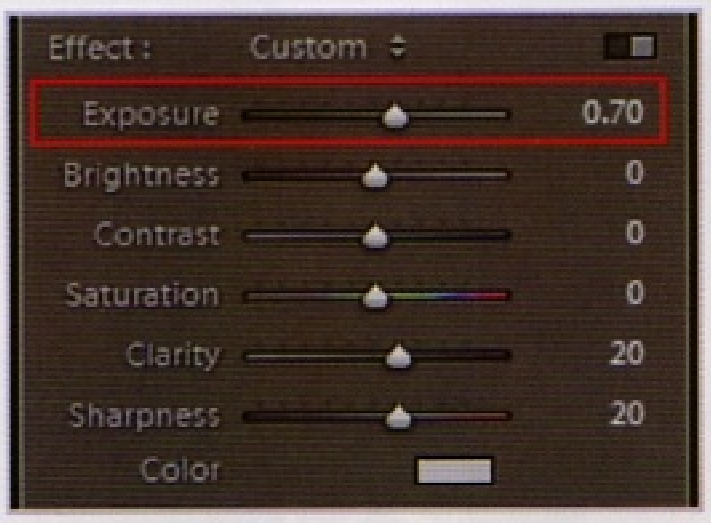
主體不在畫面中央時的調整方式

暗角的另一個用處在於讓畫面單純化，像左圖因為是在廢墟拍的，畫面的線條比較多，有欄杆、窗戶，主體顯得不是那麼突出。

選擇替畫面加上暗角後呈現出右圖這樣的結果，模特兒被突顯出來了！但從這張圖可以很明顯看出暗角使用上的限制：模特兒必須安排在畫面的中央位置，否則暗角的增加是由畫面周邊往中央變暗的，如果模特兒的臉偏畫面上方，不在中央時，臉部會因為增加暗角的關係一起變暗，這不是我們希望得到的結果。除了構圖必須事先避免這樣的問題外，在 Lightroom2 也可以利用調整筆刷修正這個問題。

增加暗角的結果，畫面邊邊的臉部跟手部也變暗了

開啟調整筆刷的功能之後，選擇增加 Exposure 到 0.7，然後塗抹因為增加暗角導致變黑的臉部與手部，右圖中的紅色部份即是本範例塗抹的範圍。



暗角與另一章節介紹的抹黑是筆者最常用來增加畫面氣氛，以簡化畫面與凸顯主題的手段，善用這兩項手法可以替畫面帶來戲劇性的光影變化。暗角在使用上比較快速方便，但有構圖上的限制。抹黑自由度高，但必須注意畫面明暗變化的安排，需要比較豐富的經驗才有辦法使用得很自然。兩種手法互有優劣，請自行判斷適合的使用時機囉！

應用調整筆刷的功能修飾後，模特兒的皮膚恢復到正常的亮度

PART 4

單元七

利用抹黑營造畫面的氣氛

抹黑是筆者常用的一種照片後製手法，尤其是常用在廢墟的拍攝上。抹黑的好處在於能利用畫面的明暗差別來引導觀看者的視線，使其將焦點集中在攝影者希望觀眾注意的地方，以突顯出主題來。另一個好處是可以簡化畫面，尤其是在拍攝雜亂的場景時，適度的抹黑畫面周邊可以讓畫面單純，更能突顯主題。

在這組範例中，筆者的處理手法是利用抹黑來營造畫面的光影的層次變化，右邊的原始圖檔，筆者認為背景比主體的模特兒的亮度高，會分散觀賞者的視覺，因此選擇把背景抹黑，來把畫面的焦點引導至模特兒的身上。

抹黑背景，突顯模特兒

跟上例相似，一樣是利用抹黑來營造畫面的層次感。以前這樣的效果或許要動用很多燈具來打光才有辦法達成，可是現在有了影像處理軟體後，可以很簡單的利用電腦來製作。

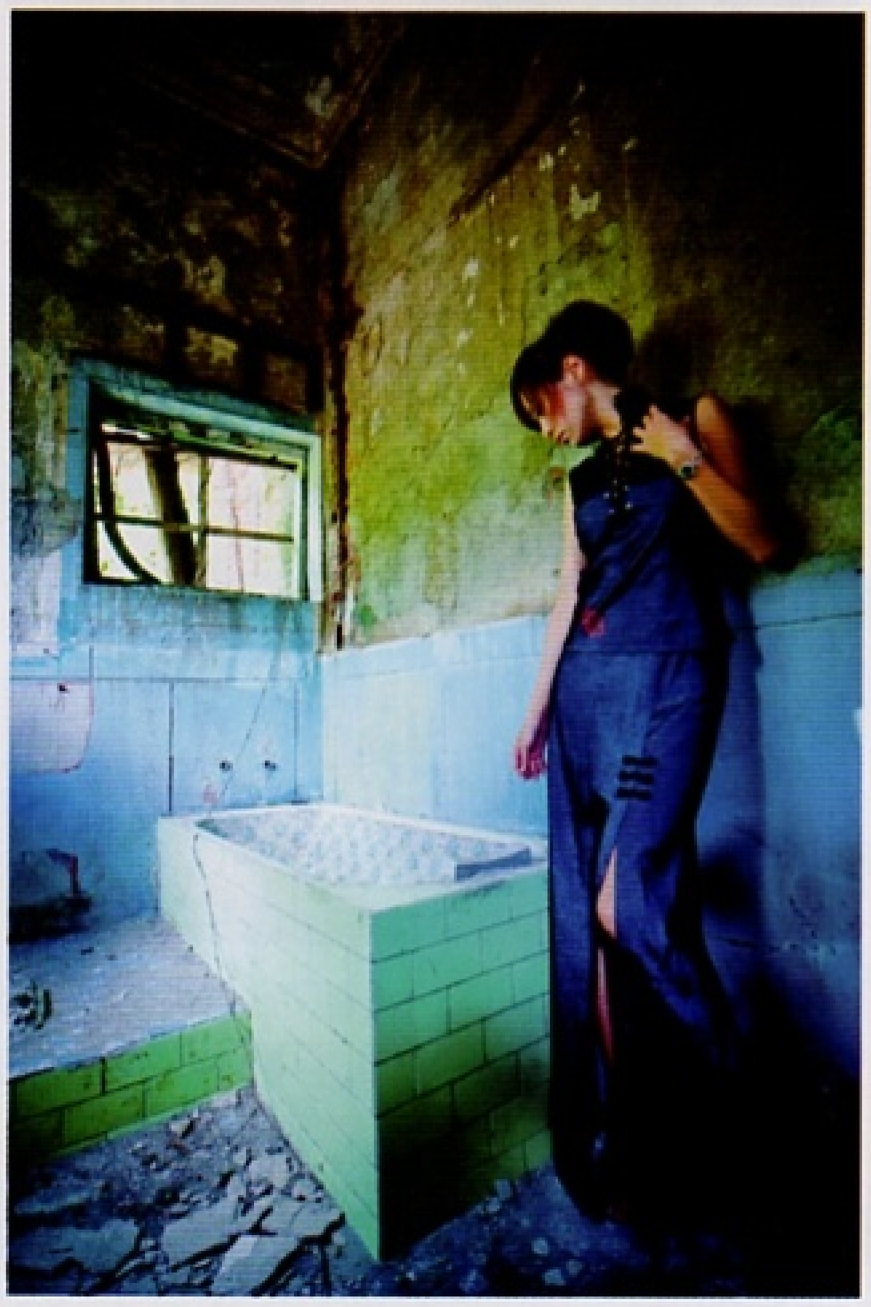
主體與背景的亮度太過相近，缺乏層次感

這一組則是用抹黑周圍來凸顯主題，圍繞模特兒的稻草線條又多又雜，很容易讓視覺分散，雖然已經用淺景深讓背景單純些，但是如果把模特兒上半身周圍的線條再單純化一些會更好。

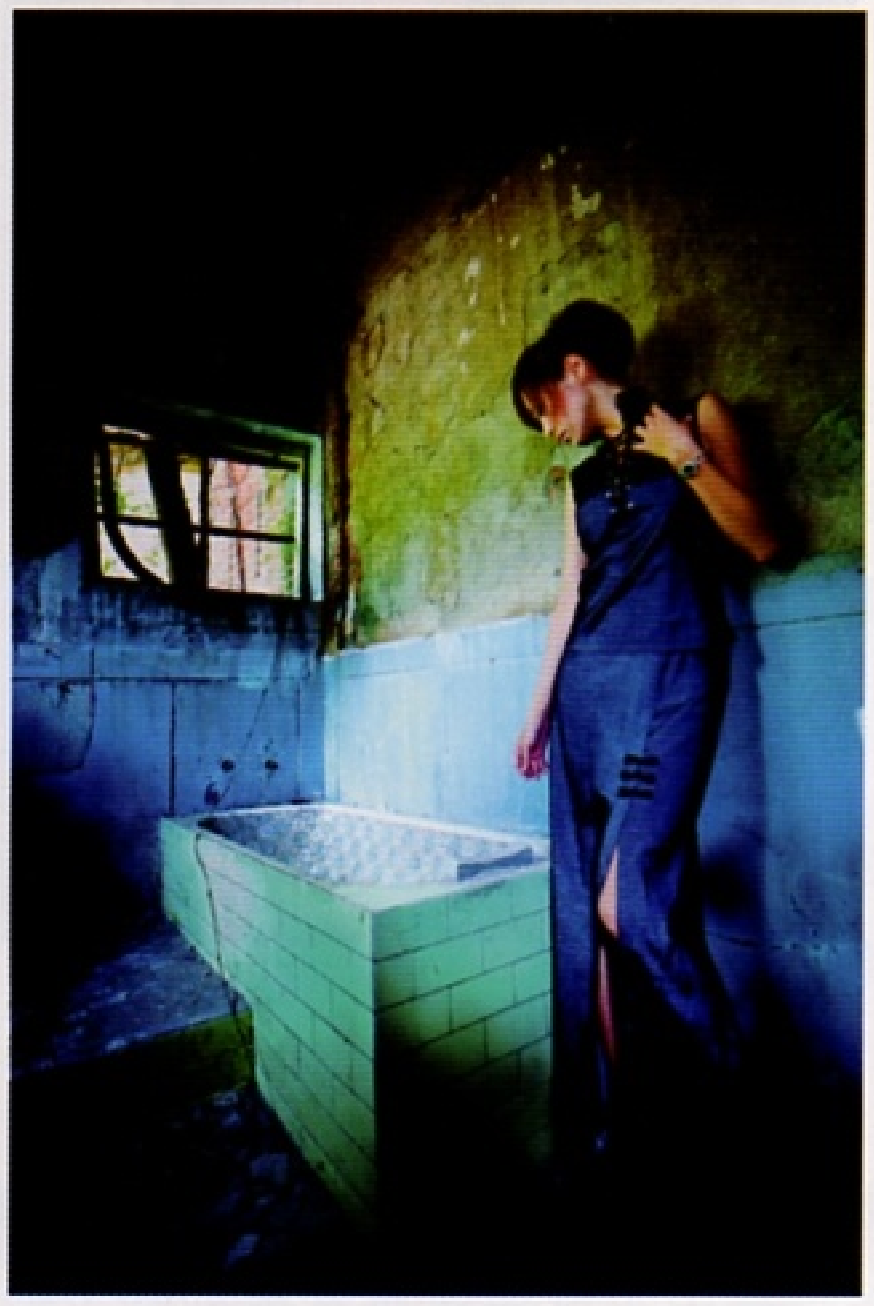
稻草雜亂的線條分散了視覺的注意力

利用抹黑來遮掩瑕疵

右圖則是用抹黑來掩飾瑕疵，左圖則是沒有經過處理的圖片，請注意畫面左下角有許多碎瓦片，這讓畫面顯得雜亂，因此把這地方抹黑，淡化這些碎瓦片的存在感，讓觀眾的視覺更集中在模特兒身上。



畫面左下角的碎瓦片，讓畫面顯得雜亂



我們以這張照片為例來講解抹黑的用法。如果是使用 Lightroom2，用法很簡單，使用的是 Adjustment Brush（調整筆刷），把調整筆刷中的曝光（Exposure）項目調暗，如本例是調到 -2.58，至於其他項目則可依情況自由調整，然後在畫面上開始抹，右圖畫面中的紅色部份則是這個範例塗抹的範圍，可以很明顯地看出塗抹的範圍集中在畫面的上、左、下，只剩模特兒所在的區塊沒抹到。

調整筆刷的效果是可以累積的

值得一提的是，調整筆刷的效果是可以累積的，因此同一張圖可以利用不同的調整筆刷設定來抹出更多的明暗漸層，例如圖中的紅色部份即是利用不同亮度設定的明暗筆刷抹的範圍，靠近模特兒的就用稍微不那麼暗的筆刷抹，邊邊角角的範圍就抹黑一點。

抹黑跟暗角的差別在於抹黑沒有限制，可以隨意抹在畫面的任何地方，而且不會有暗角使用上，模特兒的臉跟著一起黑掉的問題。不過，用 Lightroom2 的調整筆刷抹黑時，系統資源的負載比較高，電腦不夠快的使用者要注意筆刷的使用數量，免得讓程式當機。

另外，抹黑比較不適用的地方，在於圖片中有帶到大部分過曝白色天空時，這時候如果抹得太嚴重，可能會讓畫面顯得有些 LOMO 風，或者是不自然，這是需要注意的。

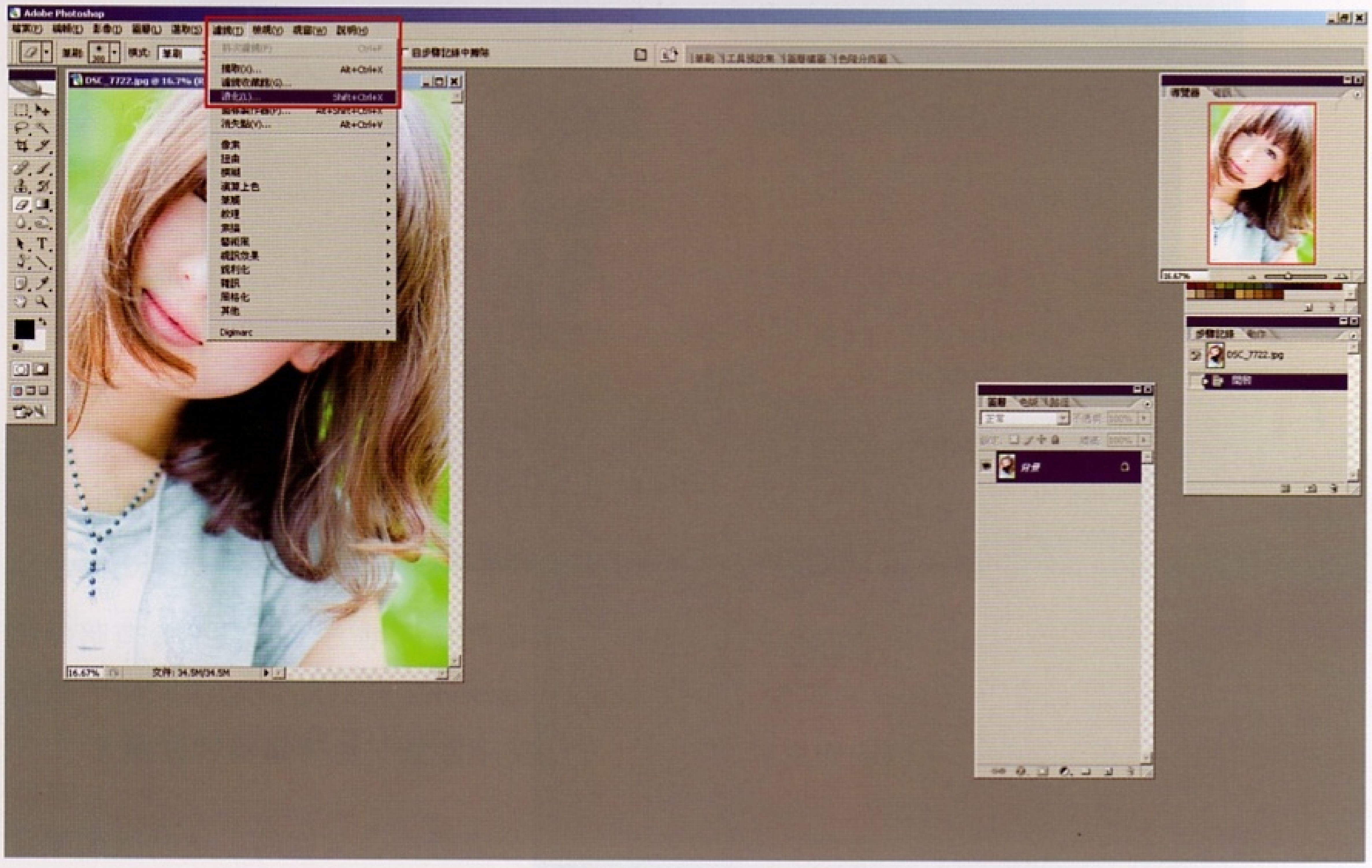
PART 4

單元八
修出瓜子臉大眼美女

以 RAW 調整檔來說，Lightroom2 已經包辦了絕大部分的功能，但 Photoshop 還是有其無可取代的地方，液化工具正是其中一項，這一點正是 LR2 力有未逮之處。

液化工具的用途在於利用膨脹與縮攏工具來調整模特兒的線條，舉凡修飾模特兒的嘴型、臉型、腰身、手臂、胸部、腿部線條等，都可以靠這兩樣工具完成。

開啟 Photoshop 之後，可以在濾鏡裡面找到液化工具的選項，點進去。



進入到液化工具視窗後，如下圖所示，先選擇縮攏工具來修飾臉部線條。

因應圖片大小，如下圖所示筆刷大小設定成450，可以參考下圖中模特兒臉旁的筆刷大小，以這樣的比例來做縮攏會比較自然。設定好之後，沿著臉部線條（本範例是模特兒的左臉）慢慢按壓，以按壓的時間長短來決定變形的程度，修改完成之後，按「確定」即可。

接著利用膨脹工具讓模特兒的眼睛變大，膨脹工具是在縮攏工具下面的哪個按鈕。

在加大眼睛時，建議筆刷的大小比眼珠子大一點點，效果會比較好，在同一個位置按 2~3 下即可有不錯的效果。要注意的是眼睛不要點到變太大，點太大會看起來不像人類喔！

圖 A、B、C 分別是圖 A 液化工具使用前，圖 B 縮攏修飾臉部後，圖 C 是擴張眼睛後的結果。

A　液化工具使用前

B　縮攏修飾臉部後

C　擴張眼睛後的結果

為了避免騙錢的嫌疑，本篇只利用這兩種工具修飾了眼睛與臉部，除此之外，也可以應用到身體的各個部位，尤其是蝴蝶袖，腰身與大腿線條用液化工具修飾的效果也很好喔！

使用液化工具修飾時，最怕的就是修飾過頭，讓被攝影者的身體線條或是眼睛，嘴巴的笑容變得很不自然，使用液化工具修飾線條時，寧願不足，也不要過頭，尤其是剛開始練習時，請務必以自然、看不出破綻為原則，等練習久了，技術純熟以後，才能真正練就化腐朽為神奇的功力。

PART 4

單元九

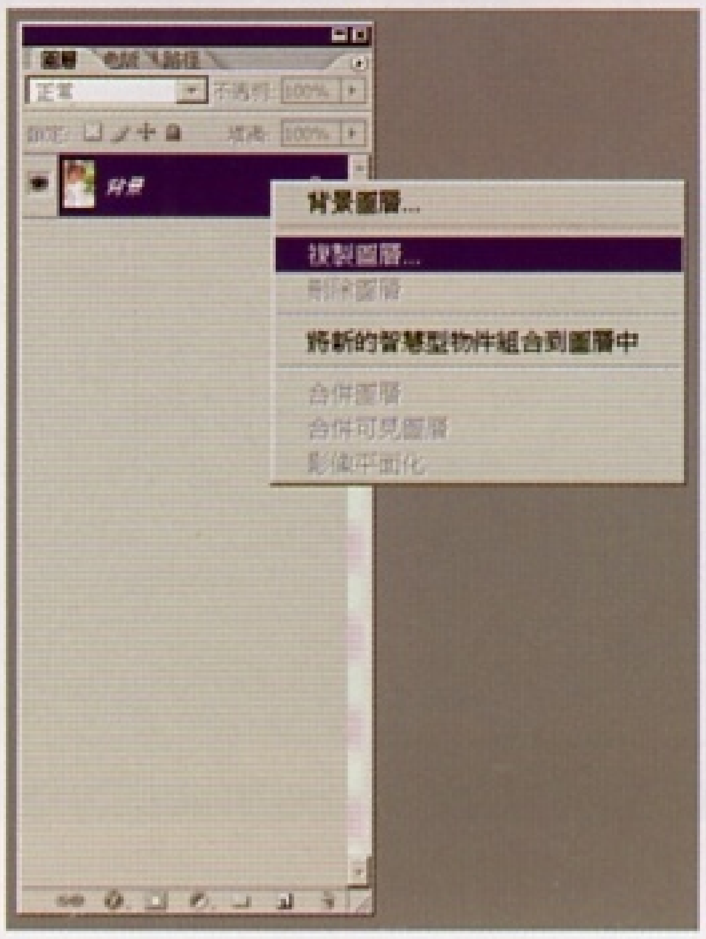
Photoshop 三圖層修片法

一般 RAW 檔的調整使用 Lightroom2 即可，但在 Lightroom 問世之前，Photoshop 是最主要的修圖工具，利用 Photoshop 圖層功能創造出的三圖層修片法有其不可取代的地位，因為 Lightroom 系列軟體並沒有圖層的功能，想要在相片上增加更多變化，三層修片法是必學的技能。

圖 A 是原始圖檔的樣子，因為是逆光拍攝，又沒有補光，膚色稍嫌暗沉。本範例即以圖 A 來示範三圖層修片法的使用方式。

開啟 Photoshop 之後，先找到圖層面版，在背景圖層上按滑鼠右鍵會跳出功能選單，選擇其中的「複製圖層」，如圖 B 所示，接著出現畫面 C，把圖 C 中反白的「背景 拷貝」改成容易辨識的名稱，本範例是改成「柔光」，接著重複上述步驟再增加一個圖層，取名為「濾色」。

B



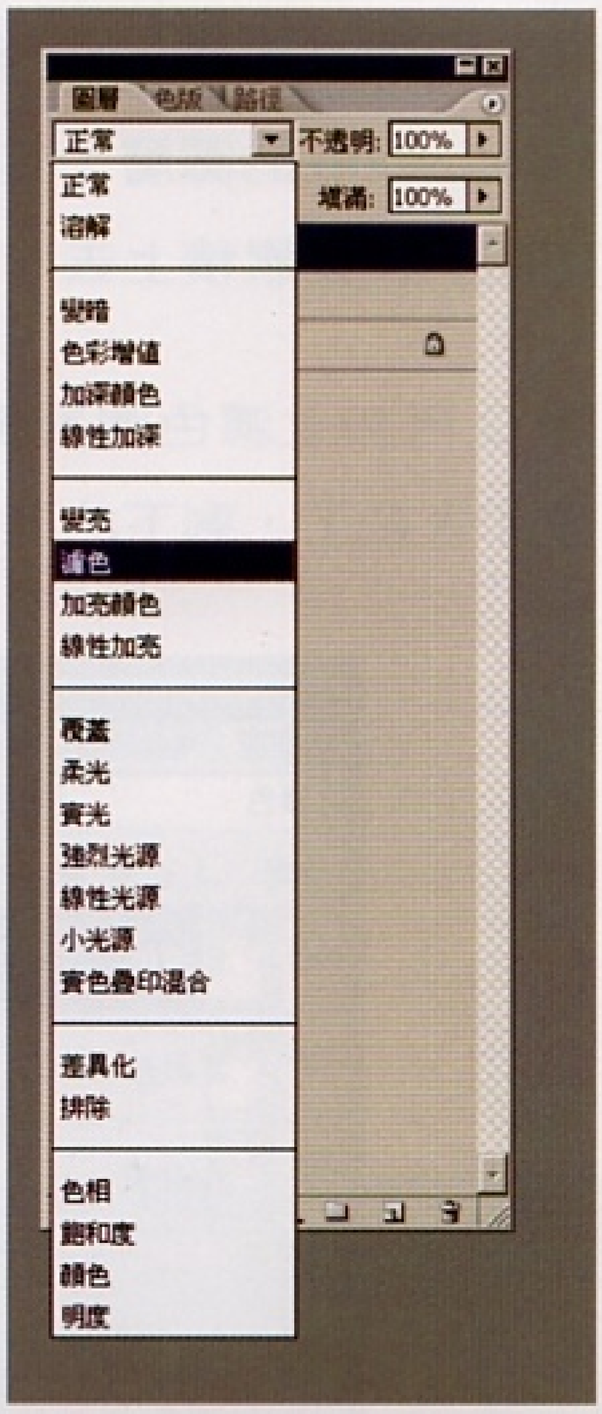
C

將「背景 拷貝」改成「柔光」

完成以上步驟之後，現在圖層面版總共有濾色、柔光、背景三個圖層，這即是修圖使用的三個圖層，接著如圖 D 所示，選擇該圖層對應的模式，濾色圖層就改為如圖 D 所示的濾色，柔光圖層則用一樣的作法改成柔光。

完成設定後，我們可以得到圖 E 的結果。按圖層前面的眼睛一下，可以把該圖層的效果關掉，圖 E 是把濾色圖層的影響關掉，再點一次原來眼睛的地方，即可再度開啟濾色圖層的效果。

圖 F 是只增加柔光圖層後的改變，對比與反差變高，如果希望對比與反差低一點，可以改變不透明度的設定，透明度設定到 100 時，對比與反差最高，數值越低，則對比反差就越低，設成 0 則等於沒有影響。



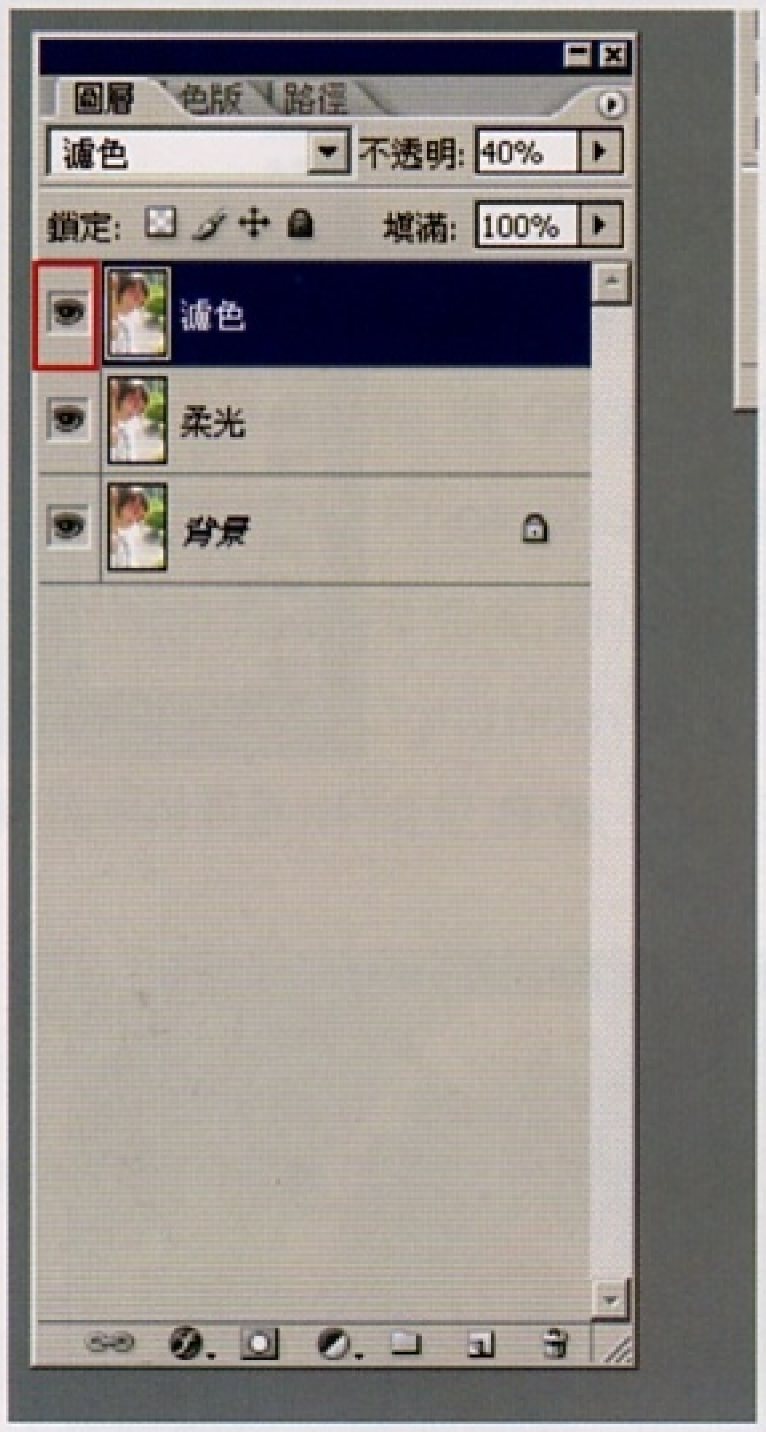
D　選擇該圖層對應的模式

E　圖層之前的眼睛圖示決定該圖層效果的開啟與否

F　調整柔光圖層後的改變

Photoshop 的圖層，其作用跟製作動畫的賽璐珞片一樣，一層疊一層，每層的效果會經由不斷的交疊累積上去。

圖 G 再加上濾色圖層後，整張圖片的顏色變亮，如圖 H 所示。正常的三圖層修片法到這裡即告完工，剩下的工作只剩合併圖層再另存新檔即完成。

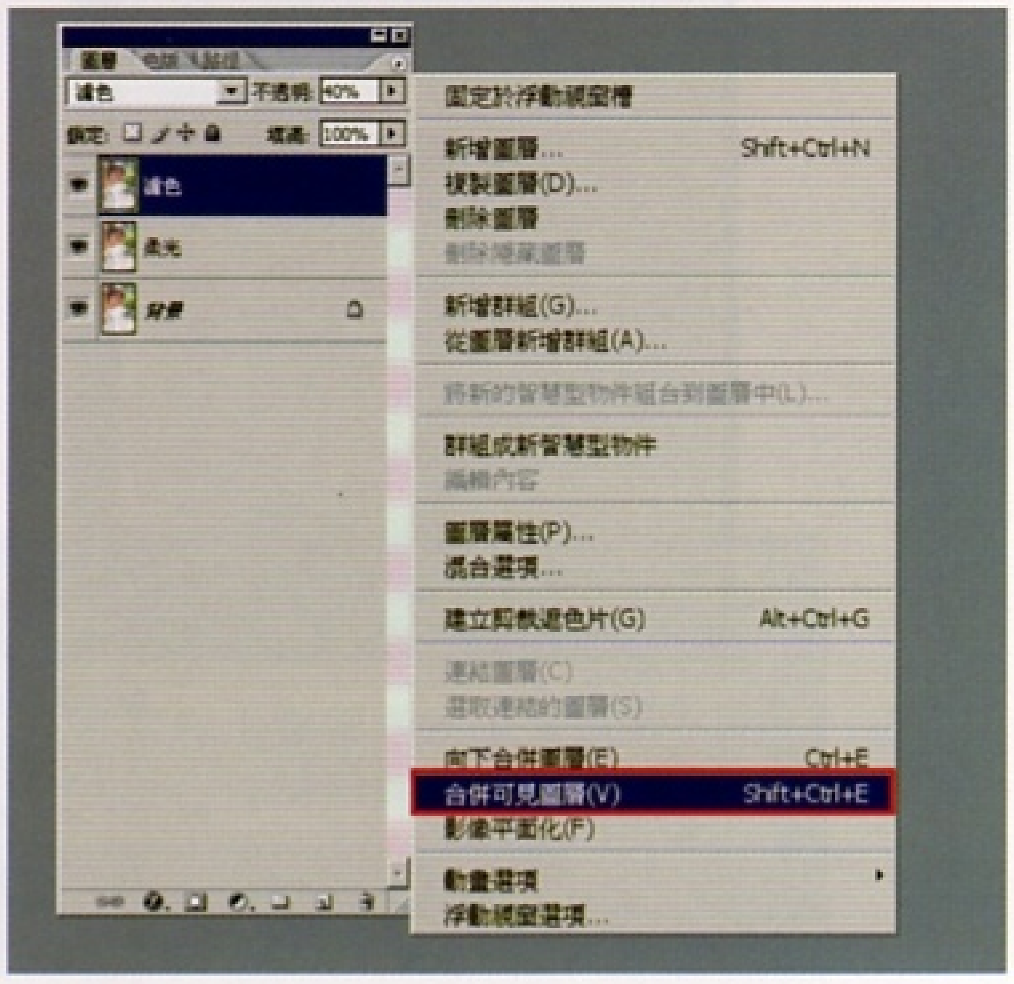


G 讓「濾色」圖層的效果生效

H 加上「濾色」圖層之後的效果

要合併圖層的方式如圖 I 所示，注意不透明度調整的小框框右上方有一個指向右的小箭頭，在上面按滑鼠左鍵可以開出功能表找到「合併可見圖層」這個選項，按下去即可合併圖層。

I



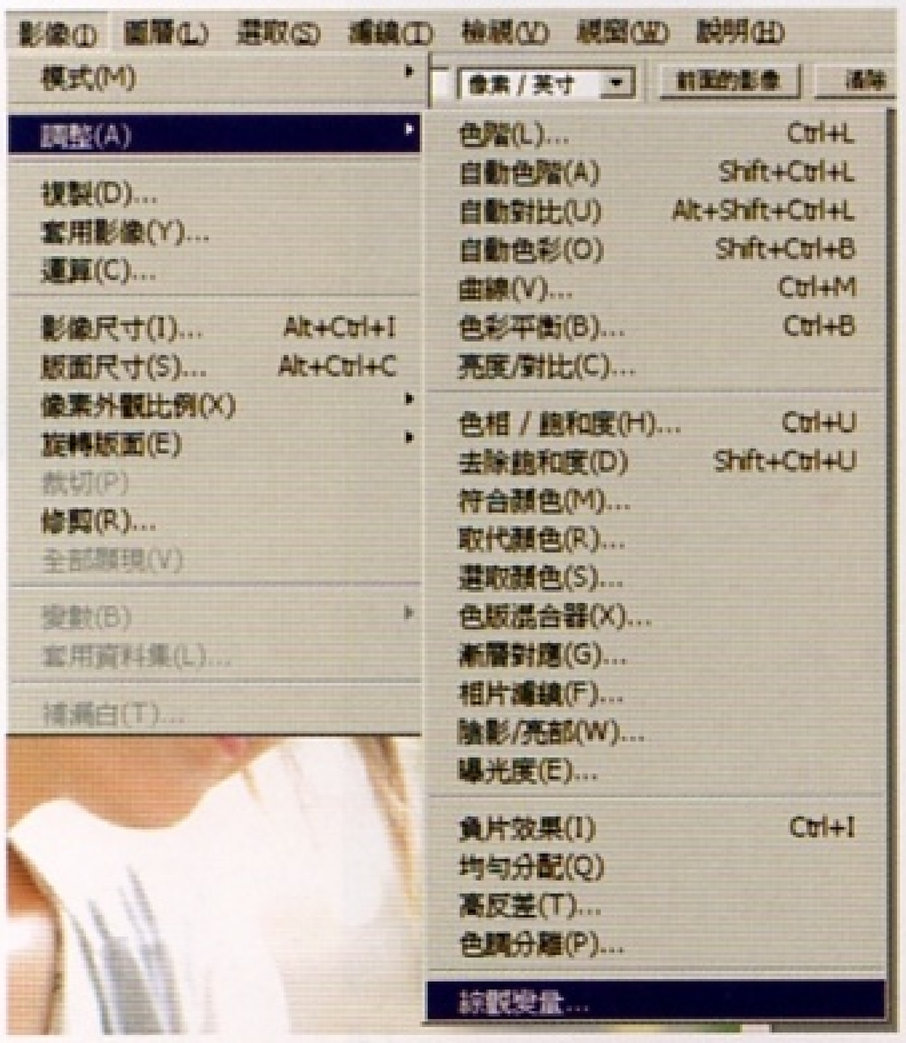
不過筆者習慣在這三圖層中再加一個調整顏色的圖層，如圖 J 所示，再增加一個柔光圖層，結果如圖 K 所示。

J

K

L 接著把新增的圖層飽和度拉到最低的 -100

再到綜觀變量選單（請參考圖 M）裡面，選擇要把新增的柔光圖層往哪種顏色偏？本範例是選擇圖 N 左下角來增加更多的藍色，按確定以後，在圖層功能表上的「柔光 拷貝」圖層，顏色會跟著改變如圖 O。



M

N

O

最後的結果如圖P所示，顏色稍微偏藍後，膚色看起來會更白皙。

三圖層修片法中的柔光圖層是負責調整圖片的對比與反差，濾色圖層則是負責調整圖片的明暗度，數值可以自行嘗試調整。一般來説，曝光正常的照片，濾色圖層調整至40%就夠亮了，再往上增加數值看起來有可能會很刺眼，看久了不舒服，這之間的平衡需要靠自己的經驗來拿捏。

P

PART 4

單元十

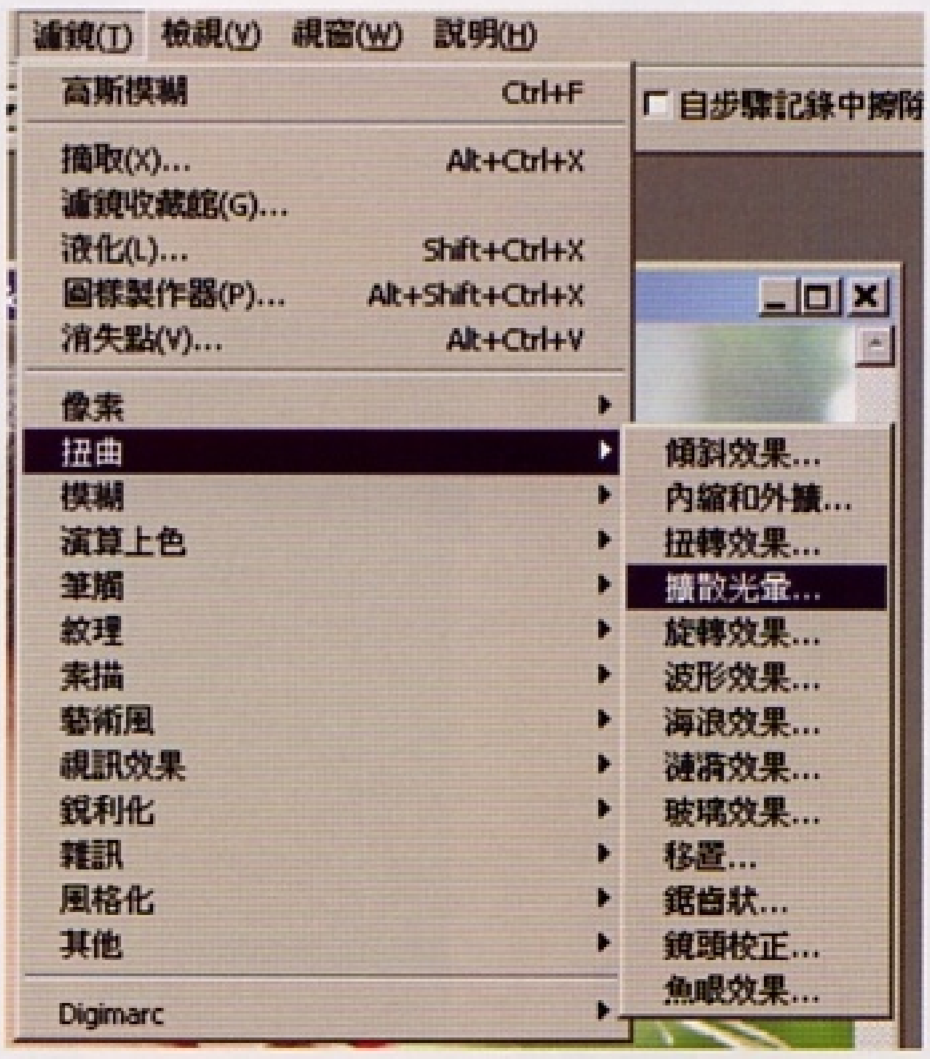
Photoshop 三圖層修片法的進階應用

三圖層修片法搭配 Photoshop 的濾鏡功能可以做出很多的變化，以下舉幾個例子。

CASE1 底片顆粒風

延續上一篇的結果，再增加一個「柔光拷貝 2 圖層」(圖 A1)，接著進入濾鏡扭曲功能的擴散光暈(圖 A2)，套用結果到「柔光拷貝 2 圖層」後，可以得到圖 A3 接近類似底片顆粒般的效果。擴散光暈的顆粒大小與分佈可以在功能選單裡面設定，讀者可以自行嘗試，找出適合自己作品的設定。

A1

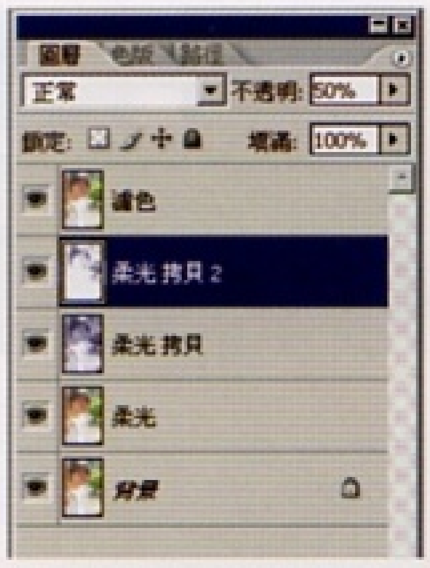


A2

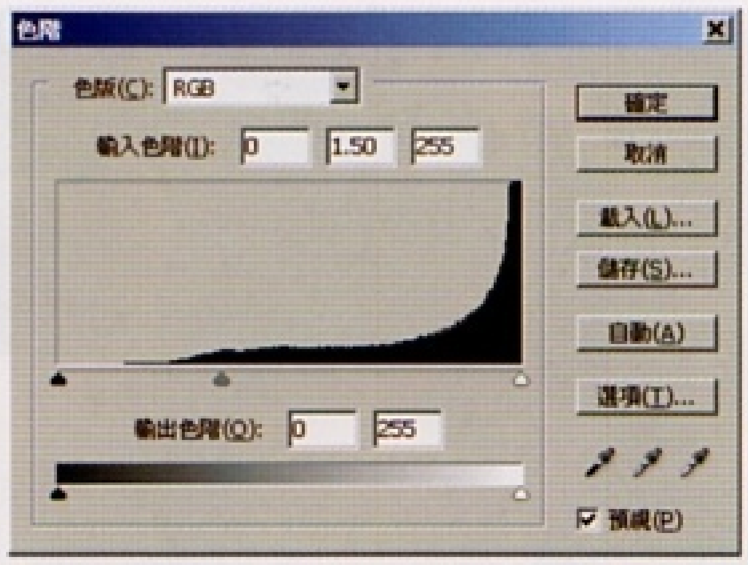
CASE 2 過曝明亮風

如果不喜歡擴散光暈帶來的顆粒感，還有另一種作法，一樣新增「柔光拷貝 2 圖層」(圖 B1)，接著進入色階功能選單後（圖 B2），把亮部的數值提高，本範例是提高到 1.5，可以得到圖 2C 的結果，圖片變亮了，但是沒有 CASE1 的顆粒感。

CASE1 跟 CASE2 可以看場合使用，在使用高 ISO 值拍攝時，雜訊比較多的照片可以用 CASE1 的方法處理，講求畫質純淨度則可用 CASE2 的作法處理。



B1



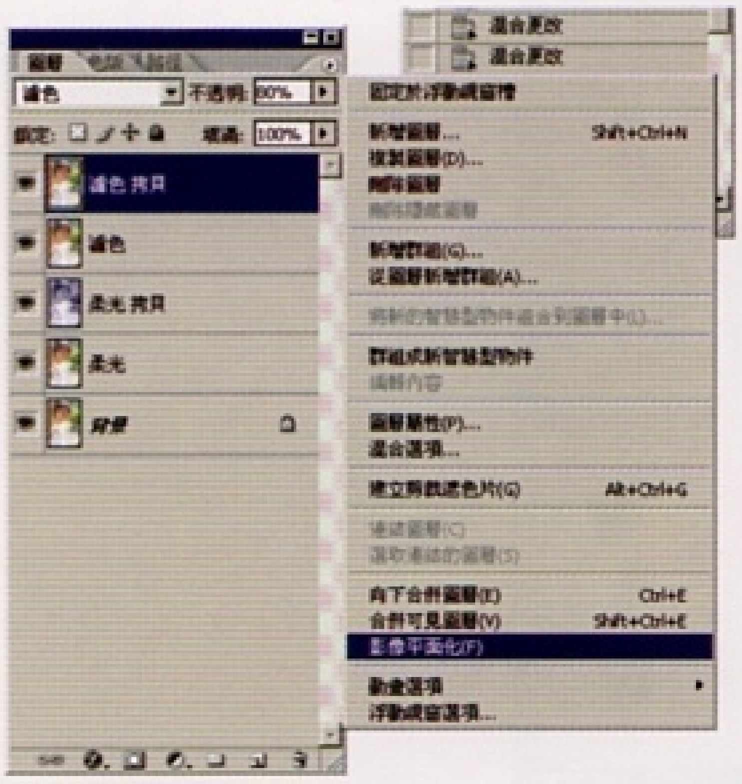
B2

B3

CASE 3 日式清淡風

讓我們再跳回上一篇的結果從頭開始，如圖 C1 這次是新增一層「濾色 拷貝」圖層，透明度設定為 80% 可以得到圖 C2 的結果，看起來稍微過曝刺眼了，但沒關係，因為後續的調整會修正這個問題。而且初始圖片稍微過曝正是調出這種風格的訣竅！接著把五個圖層合併如圖 C3 所示。

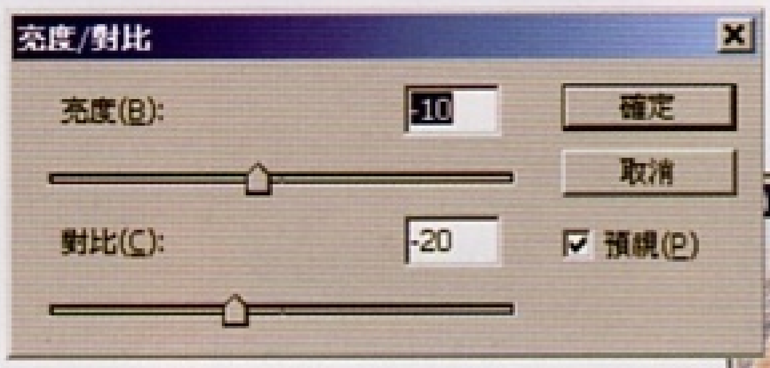
C1



C3

C2

接著如圖 C4 調整圖片的亮度與對比，本範例是把亮度 -10，對比 -20，可以得到圖 C5 的結果。

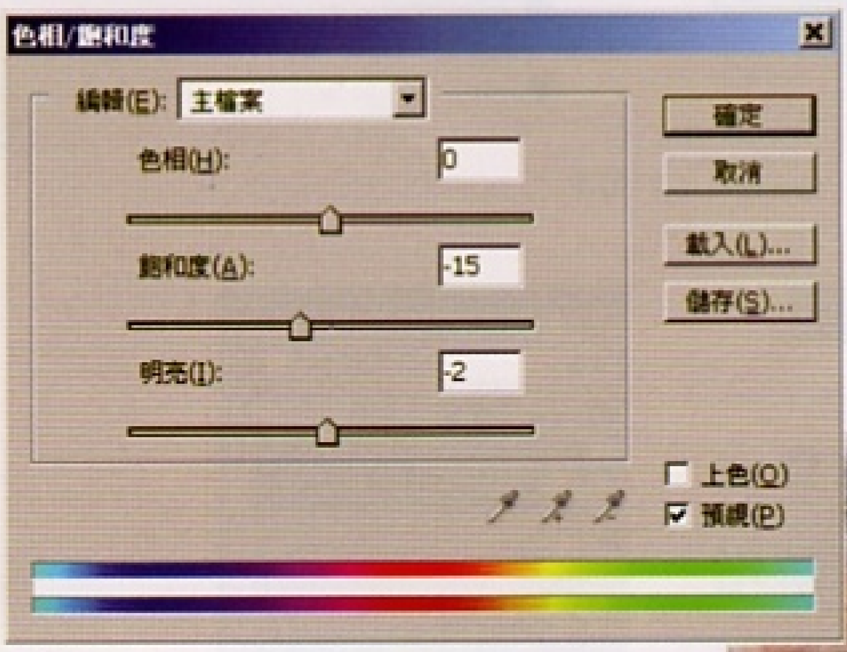


C4

C5

接著再把如圖 C6 所示，把飽和度 -15，明亮度 -2，可得到最終圖 C7 的結果。

這種調整方法需要累積經驗才能調整得很順眼，一般來說，寧願暗一點，飽和度低一點會比較耐看。

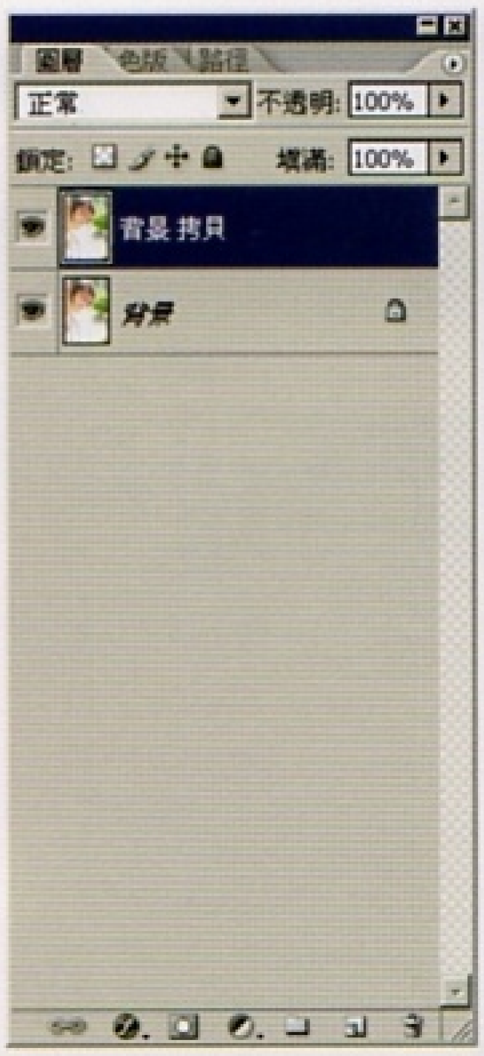


C6

C7

CASE 4 朦朧美風格

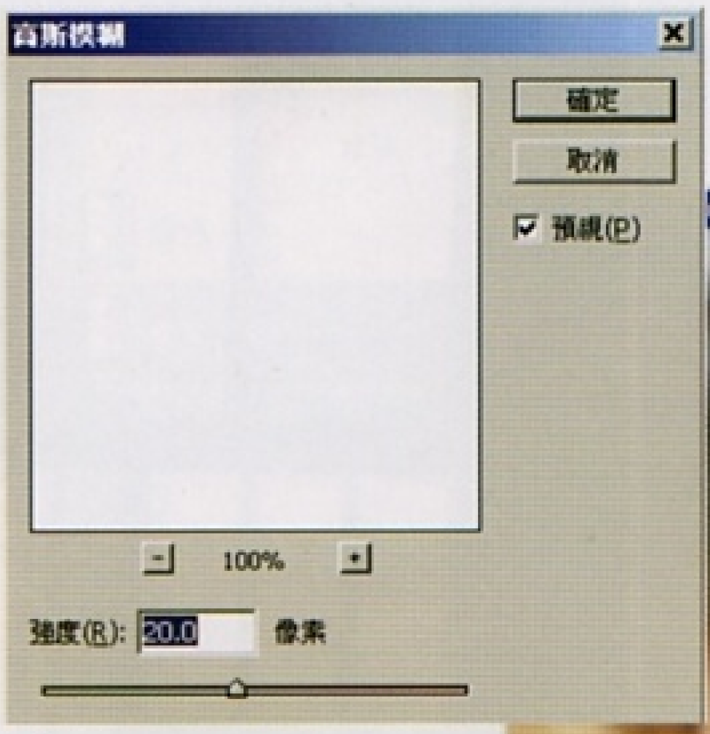
接著介紹一種可以調整出類似沙龍照風格的調整方法，跟上一個例子一樣，把圖層都合併後，再新增「背景 拷貝」圖層，如圖 D1 所示，可以得到圖 D2 的結果。



D1

D2

接著如圖 D3 所示，使用高斯模糊把「背景 拷貝」圖層模糊掉，本範例的模糊強度是選擇 20，可以得到圖 D4 的結果。



D3

D4

這時整張圖片都是糊的，接下來有兩種作法，一種是調整「背景 拷貝」的透明度讓模糊程度下降。本例則是採用第二種作法，如圖 D5，選擇橡皮擦工具，在圖 D4 的模特兒眼睛部位按壓來回擦拭，可以把「背景 拷貝」圖層在眼睛部位擦掉，擦完以後如圖 D6 所示，只有眼睛部位是清楚的，其他地方依舊維持模糊。

D5

D6

CASE 5 奇幻瑰麗風格

因為上面講解的範例圖片屬於清淡的風格，不適合接下來要介紹的奇幻瑰麗風格，因此換一張圖片（圖 E1）來做範例。

E1

一樣先像圖 E2 使用三圖層修片法來得到圖 E3 的結果。

接著連續複製三層柔光圖層，如圖 E4 所示，分別是「柔光拷貝」、「柔光拷貝 2」、「柔光拷貝 3」。

動作完成即成為圖 E5 的結果。圖片整體的感覺會變得更加豔麗、夢幻，這種風格適合用於濃豔的背景，光影變化豐富的廢墟，但先決條件是模特兒的皮膚要先拍白，不然就是要後製得夠白，否則強行套用的結果，會讓模特兒的膚色變得很奇怪，這點要特別注意。

從上面五個例子一路看下來，應該可以歸納出一點心得吧？圖層修片法的再應用即是在原有圖層中新增新的圖層，並在該新圖層上套用各種不同風格的濾鏡，或是在其中一層圖層調整明暗、對比、飽和度與色調，至於要套用什麼樣的濾鏡？什麼樣的色彩風格？則必須根據作品的需求來決定。

E2

E3

E4

E5

備受推崇的人像拍攝高手黑麵終於出書囉！黑麵的人像攝影向來以風格獨特著稱，看過他在網路上的分享文章，您是否覺得意猶未盡，渴望學習更多黑麵大大的壓箱寶呢？

《黑麵的人像攝影攻略》正好可以滿足您的渴望！本書由黑麵親自執筆，作者在本書中將其多年累積的攝影經驗傾囊相授，從拍照前的準備工作、如何用最少的經費打造室內攝影棚、拍攝人像的訣竅、自然光與外閃的使用技巧，乃至於使用 Adobe Photoshop Lightroom 2 以及 Photoshop 的 RAW 檔編修秘訣，本書都有詳盡的説明與豐富的範例分析。相信在看完本書之後，一定會有茅塞頓開，吸收一甲子功力的感覺。

悅知文化
Delight Press
www.delightpress.com.tw

ISBN 978-986-6761-62-1
9 789866 761621 00450
建議售價：450 元